Éducation sanitaire à l'école pour la prévention du sida et des MST

Documents de référence
à l'usage des planificateurs de programmes scolaires

Guide de l'enseignant

UNESCO
OMS
ONUSIDA

Remerciements

L'Organisation mondiale de la santé et l'Organisation des Nations Unies pour l'éducation, la science et la culture remercient vivement de leurs précieuses contributions :

- Alan Robertson : Queen's University, Kingston, Canada (texte)
- Claudius Ceccon : CECIP – Centre de création d'images populaires, Rio de Janeiro, Brésil (direction artistique et illustrations)
- UNICEF Zimbabwe : pour l'autorisation de reproduire des passages de la publication *Methods in AIDS Education*, Ministère de l'éducation et de la culture du Zimbabwe et UNICEF, Harare, 1993

et remercient également de leur collaboration les nombreux spécialistes qui ont relu et corrigé les épreuves préliminaires :

- M. Palmaan, N. Ford, N. Nturibi, A. Mehryar
- B. Dick, R. Foul Doyle, C. Wang (UNICEF)
- A l'atelier tenu en Inde : A.B. Dandekar, Sudha V. Rao, P.K. Durani, D.K. Mukhopadhyay, D.G. Krishna, V. Reghu, J. Kaur, G.C. Singh, R.S. Lal, B.P. Sinha, L. Ibungohal Singh, S. Sapru, Usha Pillai, Anu, Gupta, D. S. Muley, D. Lahiri, J. Mitra, Dinesh Sharma, S.B. Yadav, K.K. Sadhu, J.L. Pandey, S.A. Gopal
- A l'atelier de Namibie : M. Shaketange, B. Saunders, M. Plaatjes, E.O. Meara, J. Kloppers, J. Boois, P. Hailonga, M.B. Mhopjeni, E. Kiangi, M. Maree, P. Verhoef, C. Oliver, C. Mwaala, V. Orinda (UNICEF), J. Viteli, B. Valashiya
- A l'atelier de La Barbade : Y. Balgobin, H. Bend, J. Crichlow, G. Cumberbach, M. Deane, G. Drakes, D. Gill, I. Denny, H. Gittens, M. Grant, A. Griffith, Y. Holder, E. Best, R. Marville, G. McBean (UNICEF), S. Millington, T. Payn, F. Browne, V. Roach, S. Clarke.

Les publications suivantes ont été les sources de base du présent ensemble de documents :

- *L'éducation sanitaire à l'école pour la prévention du sida et des maladies sexuellement transmissibles*, OMS/UNESCO, Série OMS/sida n° 10, Organisation mondiale de la santé, Genève, 1992.
- *Comprehensive School Health Education – Suggested Guidelines for Action*, UNESCO/OMS/UNICEF, Organisation mondiale de la santé, Genève, 1992.

Le travail graphique réalisé sur ces documents de référence est dû au CECIP, ONG spécialisée dans la création de matériels pédagogiques. Nous remercions vivement de leurs conseils le Dr Evelyn Eisenstein, pédiatre, membre de l'Association internationale pour la santé des adolescents et coordonnatrice du groupe de travail sur la santé du CECIP, et le Dr Bernardo Galvão de Castro, coordonnateur du Programme institutionnel de lutte contre le sida de la Fondation Osvaldo Cruz à Salvador de Bahia et membre de l'Association du CECIP. Édition électronique de Cristina Lacerda.

CECIP
Largo de São Francisco de Paula, 34/4° andar
CEP 20051-070 Rio de Janeiro - RJ - Brasil
Fax : (55 21) 224 4565 e 224 3812

Les opinions exprimées dans cette publication sont celles des auteurs et ne reflètent pas nécessairement la position officielle de l'UNESCO. Les désignations employées et la présentation du matériel adoptée ici ne sauraient être interprétées comme exprimant une prise de position de sa part sur le statut légal d'un pays, d'un territoire, d'une ville ou d'une zone quelconque, non plus que sur le tracé de ses frontières.

Ce document peut, partiellement ou intégralement, faire librement l'objet de comptes rendus, de résumés analytiques, de reproductions ou de traductions, sous réserve que ceux-ci ne soient ni vendus ni utilisés à des fins commerciales.

© UNESCO 1997
ED-97/WS/1

Table des matières

Introduction 2

1. Le programme 5
2. Méthodes didactiques 9
3. Ambiance de la classe 13
4. Les élèves-relais 15
5. Participation des parents et des membres de la famille 17
6. Test pour l'évaluation des élèves 19
7. Questions sur le VIH, le sida et les MST 21

Guide de l'enseignant relatif aux activités pour les élèves

Unité 1. Connaissances de base sur le VIH, le sida et les MST 31

Unité 2. Comportement responsable : différer les rapports sexuels 65

Unité 3. Comportement responsable : protéger les rapports sexuels 93

Unité 4. Aide et soutien 103

Ce document fait partie d'un ensemble comprenant :

- Manuel à l'usage des planificateurs de programmes scolaires
- Activités pour les élèves
- Guide de l'enseignant

PREVENTION
SAVOIR- SAVOIR-ÊTRE : OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE
SIDA
MST
VIH

Introduction

Cher enseignant ...

Ce guide a été élaboré pour vous aider à préparer et enseigner un programme sur le sida.

Le sida (Syndrome de l'immunodéficience acquise) est devenu un problème dans notre pays: à ce jour [donner ici les derniers chiffres connus] femmes et hommes sont morts du sida, [...] autres en sont malades et l'on estime à [...] le nombre de personnes contaminées par le VIH (virus de l'immunodéficience humaine), le virus qui provoque le sida. Les maladies sexuellement transmissibles (MST) sont très répandues : [*donner ici des chiffres qui montrent que les MST constituent un problème sérieux, plus particulièrement pour les jeunes*].

En tant qu'éducateurs et que parents, nous pouvons faire beaucoup pour préserver nos élèves et leurs familles du sida : nous pouvons leur expliquer comment se protéger contre l'infection par le VIH et d'autres maladies sexuellement transmissibles. Il n'y a pas encore de remède qui guérisse le sida, mais il est facile d'éviter d'être contaminé par le VIH et les MST.

De grands efforts sont faits dans notre pays pour informer sur le sida et les MST [évoquer les campagnes d'affichage, les programmes de radio et de télévision, les comptes rendus dans la presse, etc.]. Le personnel sanitaire est formé pour s'occuper des malades du sida dans les dispensaires et les hôpitaux et le sang utilisé pour les transfusions est soumis aux tests de dépistage [insérer des éléments d'information propres à apaiser les craintes de transmission accidentelle].

Les jeunes ont besoin de savoir comment se protéger contre le VIH et les MST. Pour que l'éducation relative au sida puisse atteindre tous les jeunes, elle a été intégrée à [indiquer la (les) matière(s) ou les activités hors programme pertinentes] des classes de [...].

Le VIH et le sida sont transmis principalement par des rapports sexuels non protégés ; c'est pourquoi les jeunes doivent apprendre ce qu'est le sida dès le début de l'adolescence, au moment où ils prennent conscience de leur sexualité et sont tentés de l'expérimenter. Beaucoup de jeunes ont une activité sexuelle plus tôt que nous ne le voudrions ou ne l'escomptons.

L'éducation relative à la sexualité et au sida ne constitue pas pour les jeunes une incitation aux rapports sexuels ; au contraire, elle les aide à se rendre compte des conséquences de leurs expériences sexuelles et à éviter les grossesses précoces et les maladies sexuellement transmissibles, notamment la contamination par le VIH.

Pour les enseignants, un programme sur le sida représente à la fois un défi à relever et une tâche gratifiante. En effet, la plupart des jeunes n'ont jamais eu auparavant l'occasion de parler de la sexualité (et de la drogue) avec des adultes, et une discussion franche et ouverte sur le sujet est pour eux la bienvenue. Ils respectent – et se rappelleront sans doute spécialement – les enseignants qui se préoccupent des problèmes auxquels les jeunes ont à faire face en grandissant.

Dans votre enseignement sur le sida, ce qui réellement compte plus que toute autre considération est votre relation avec vos élèves. Vous trouverez dans ce guide des éléments d'information factuels et des méthodes d'enseignement spécifiques qui, nous l'espérons, répondront à vos besoins.

L'information que nous vous fournissons porte sur les points suivants :

1. Le programme

Cette section présente le programme en son principe, ses quatre unités et les objectifs de chaque unité et une description des activités proposées aux élèves par chaque unité.

2. Méthodes d'enseignement

Ce programme reposant principalement sur des méthodes participatives, il est important de connaître les principales manières d'agencer la participation des élèves. Sept méthodes différentes sont passées en revue dans cette section.

3. L'ambiance de la classe

L'éducation relative à la sexualité doit être conduite dans une ambiance propre à promouvoir l'ouverture et l'acceptation. Cette section fournit des informations sur : les réactions des élèves aux discussions sur la sexualité, les règles à appliquer pour créer l'ambiance adéquate dans la classe, la façon de traiter certains problèmes spéciaux et la manière d'aider les élèves chez lesquels le VIH/sida et les MST pourraient susciter des angoisses.

4. Les élèves-relais (le cas échéant)

Les enseignants sont encouragés à travailler avec des élèves-relais dans le cadre de ce programme. Cette section traite des fonctions des élèves-relais, des raisons pour lesquelles il importe d'utiliser leurs services, de la manière de les sélectionner et de ce qu'ils ont besoin de savoir.

5. Participation des parents et de membres de la famille

Le soutien des parents à l'éducation relative au VIH/sida et aux MST est un facteur très important de la réussite du programme. Cette section traite des lettres aux parents, des réunions avec les parents, des activités associant parents et élèves et des avantages que procure la participation des parents.

6. Test pour l'évaluation des étudiants

Cette section présente des items de test pour les élèves, qui correspondent au programme étudié.

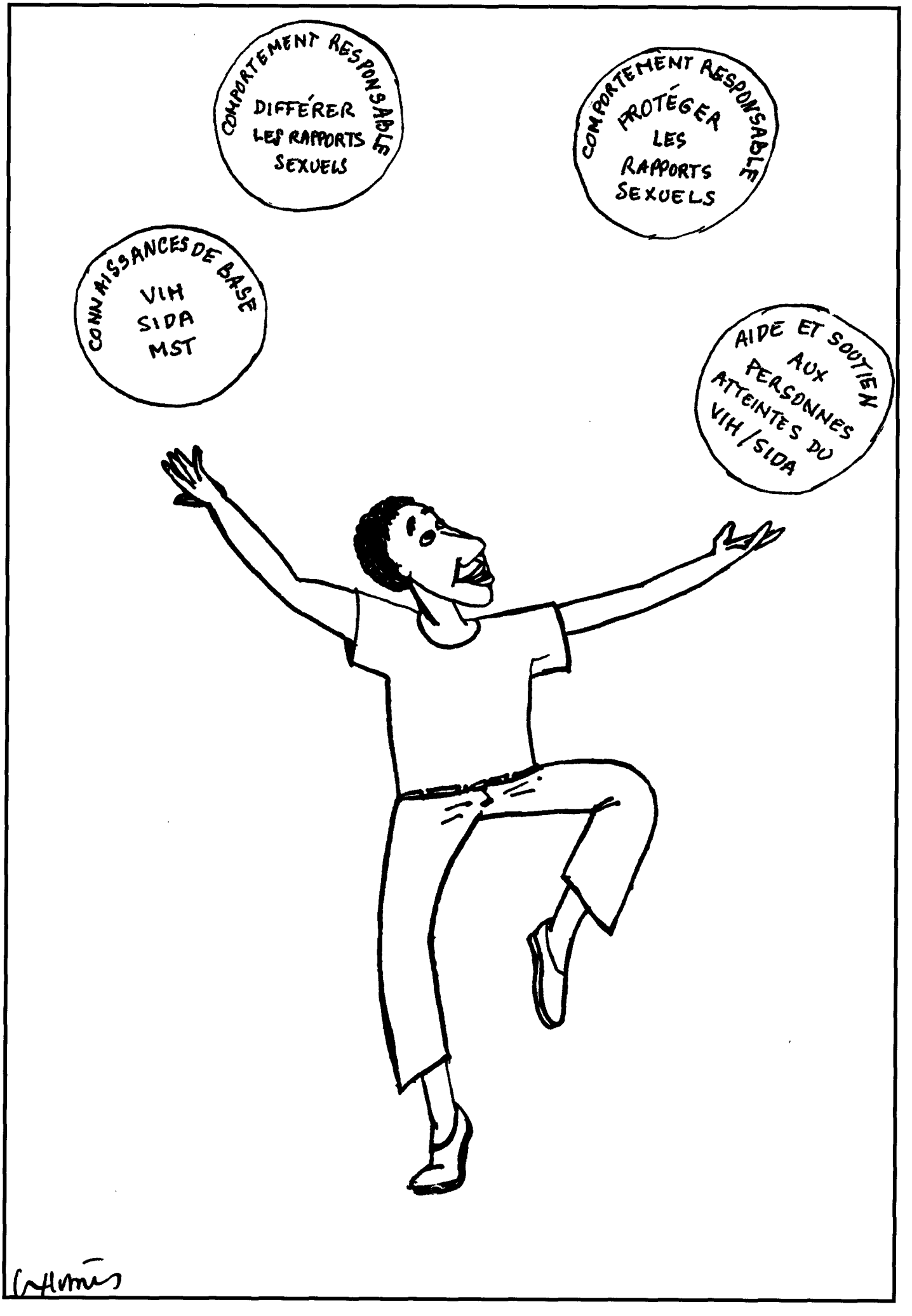
7. Questions que suscitent le VIH/sida et les MST

Cette section est très importante. Il faut que les enseignants soient très au courant des faits concernant le VIH/sida et les MST afin d'avoir des informations précises à fournir en réponse aux questions susceptibles d'être posées par des jeunes parce qu'elles les préoccupent. Il convient donc d'examiner scrupuleusement les questions et réponses que contient cette section avant d'entamer l'étude du programme.

Guide de l'enseignant concernant les activités des élèves

A chaque activité qu'il vous est suggéré de faire effectuer à vos élèves en classe correspondent des indications sur :

- la façon d'effectuer cette activité ; des réponses aux questions ou activités ;
- des consignes spéciales au sujet de l'activité (le cas échéant) ;
- l'utilisation des élèves-relais ; la participation des parents (le cas échéant) ;
- un complément d'information ou de préparation pouvant être utile à l'enseignant.


COMPORTEMENT RESPONSABLE
DIFFÉRER LES RAPPORTS SEXUELS
COMPORTEMENT RESPONSABLE
PROTÉGER LES RAPPORTS SEXUELS
CONNAISSANCES DE BASE
VIH
SIDA
MST
AIDE ET SOUTIEN AUX PERSONNES ATTEINTES DU VIH/SIDA

1. Le programme

L'éducation relative au sida a pour but de promouvoir un comportement qui prévienne la transmission du VIH et des MST. L'apprentissage des compétences comportementales que nécessite la prévention forme le contenu principal de ce programme d'études.

[Décrire ici le programme d'études : matière(s) concernée(s), nombre d'heures, lien avec d'autres unités de la (des) matière(s), lien avec des activités hors programme. Vous pourrez, par exemple, composer un tableau comme celui qui est présenté à la page 19 du manuel.]

Comme vous le voyez, le programme porte plus sur la formation de compétences nécessaires à un comportement responsable que sur le savoir concernant le sida.

Le programme repose sur la constatation que l'information biomédicale sur la maladie ne suffit pas à convaincre les gens, y compris les jeunes, d'adopter un comportement sain qui fasse barrage au VIH/sida. Ce qu'il faut, c'est la motivation d'agir et les compétences requises pour traduire le savoir en pratique.

L'infection par le VIH et les MST a lieu dans des situations ou scénarios à risque bien précis : une fille est pressée par son petit ami d'avoir des rapports sexuels avec lui, [... donnez des exemples pris dans l'étude d'évaluation]. Les jeunes en pareille situation ont besoin de connaissances et de compétences pour réagir de façon appropriée – par exemple, savoir dire « non » ou proposer d'autres possibilités.

A travers l'ensemble d'objectifs d'apprentissage qu'il se fixe, le programme vise à augmenter les connaissances et à développer les compétences, les attitudes positives et la motivation.

Les connaissances

Les informations dont les élèves ont besoin pour savoir quels sont les comportements sains et responsables sont notamment : les voies de transmission et de non-transmission du VIH et des MST ; les étapes de la maladie, en particulier la longue période asymptômatique de séropositivité ; la vulnérabilité de la personne au VIH et aux MST ; les moyens de protection contre le VIH et les MST ; les sources d'aide en cas de besoin ; comment prendre soin des personnes de la famille qui ont le sida.

Développement des compétences

Les compétences utiles à un comportement préventif vis-à-vis du VIH/sida sont : la connaissance de soi ; la capacité de décision ; l'assurance nécessaire pour résister aux pressions, qu'il s'agisse de consommation de drogue ou de rapports sexuels ; l'aptitude à la négociation pour assurer la protection des rapports sexuels ; enfin des compétences pratiques garantissant l'emploi efficace des préservatifs. Le meilleur moyen d'enseigner ces compétences est la répétition préalable, ou jeu de rôle, de situations de la vie réelle où les jeunes pourraient risquer de contracter le VIH/sida.

Attitudes

Les attitudes à l'égard du VIH/sida et des MST comprennent : des attitudes positives vis-à-vis du retardement des premiers rapports sexuels, de la responsabilité personnelle et des préservatifs comme moyen de protection ; des attitudes sociales comme la lutte contre les préjugés, le soutien, la tolérance et la compassion à l'égard des séropositifs et des malades du sida ; des attitudes intelligentes vis-à-vis de la consommation de drogue, de la multiplication des partenaires et des relations violentes et génératrices d'abus.

Soutien de la motivation

Même une personne compétente et bien informée a besoin d'être motivée pour adopter des pratiques sûres et s'y tenir. Une juste appréciation par l'élève de la réalité des risques qu'il court et des avantages d'un comportement préventif est de nature à nourrir la motivation. Le fait de se sentir conforté par ses pairs et soutenu par eux dans des conduites saines est pour les jeunes un facteur capital car les normes de leurs pairs ont à leurs yeux une grande force de motivation. Les programmes d'éducation par les pairs (qui utilisent les élèves-relais) sont efficaces parce que les pairs (élèves-relais) sont en phase avec le langage et la culture des jeunes. Les parents peuvent également être des agents de motivation et donner plus de poids aux objectifs du programme, aussi faut-il les encourager à jouer un rôle dans l'éducation de leur enfant à la sexualité.

Objectifs d'apprentissage

Le programme est conçu de telle manière que les élèves qui l'auront étudié en entier seront capables de : [présenter ici la liste complète des objectifs d'apprentissage].

Le programme se compose de quatre unités.

Unité 1
Connaissances de base sur le VIH, le sida et les MST

Cette unité présente l'information de base sur le VIH, le sida et les MST – voies de transmission du VIH et des MST ; voies par lesquelles ils ne se transmettent pas ; méthodes de protection contre le VIH et les MST ; différence entre le VIH et le sida ; sources d'aide. Notez que cette unité absorbe environ 25 % du programme. Cette unité porte sur les objectifs [...].

Unité 2
Comportement responsable : différer les rapports sexuels

Les élèves, surtout s'ils sont très jeunes, doivent être encouragés à ne pas avoir de rapports sexuels. En général, ceux qui les diffèrent jusqu'à un âge un peu plus avancé font alors preuve de plus de maturité dans leurs décisions sur la contraception et la protection de leur vie sexuelle. Les élèves ont besoin de parler des raisons de retarder les rapports sexuels, de se sentir soutenus pour le faire et d'apprendre comment résister aux incitations à avoir des rapports sexuels non voulus. A travers des jeux de rôle appliqués à des situations qu'ils peuvent rencontrer dans la vie courante, les jeunes doivent apprendre des techniques de communication leur permettant de s'affirmer. Ils doivent en outre apprendre qu'il y a d'autres moyens que les rapports sexuels d'exprimer son affection pour quelqu'un. Cette unité porte sur les objectifs [...].

Unité 3
Comportement responsable : protéger les rapports sexuels

Certains élèves, et peut-être beaucoup, peuvent avoir déjà une activité sexuelle au moment où ce programme leur fournit l'occasion de s'instruire sur le sida. D'autres ont besoin de savoir comment se protéger plus tard, quand ils seront sexuellement actifs. Utiliser un préservatif chaque fois qu'on a des rapports sexuels est un moyen très efficace d'éviter la contamination par le VIH et les MST. Instruire les élèves au sujet des préservatifs n'est pas les inciter à avoir des rapports sexuels ; les jeunes sont renseignés sur les préservatifs par diverses sources (amis, médias, exposition de préservatifs dans des vitrines de magasins, etc.) et d'informations et de compétences quant à la manière de les utiliser correctement. Cette unité porte sur les objectifs [...].

Les unités 2 et 3 sur le comportement responsable devraient absorber à peu près 50 % du temps de travail en classe dévolu au programme sur le sida et les MST. Cela parce que la prévention grâce à un comportement responsable est la partie la plus importante du programme et que l'apprentissage des compétences a tendance à prendre beaucoup de temps.

Unité 4
Aide et soutien aux personnes atteintes du VIH/sida

Beaucoup de jeunes sont appelés à côtoyer des personnes séropositives ou malades du sida, peut-être dans leur propre famille et leur communauté. Ils ont besoin d'apprendre la tolérance, la compassion et les moyens de témoigner attention et soutien à ces personnes. L'unité 4 porte sur les objectifs [...] et absorbera environ 25 % du programme.

Les activités du programme

Dans chaque unité, un certain nombre d'activités ont été élaborées pour les élèves (voir l'ensemble des activités pour les élèves). Le présent fascicule fournit à votre usage en classe des indications détaillées correspondant à chaque activité des élèves.

L'apprentissage actif par les élèves est un objectif majeur du programme : beaucoup d'activités en classe font appel à la participation des élèves, quelques autres étant surtout à caractère informatif. [Énumérer ici les activités de chaque unité avec indication de l'intérêt qu'elles présentent accompagnée d'une courte description]

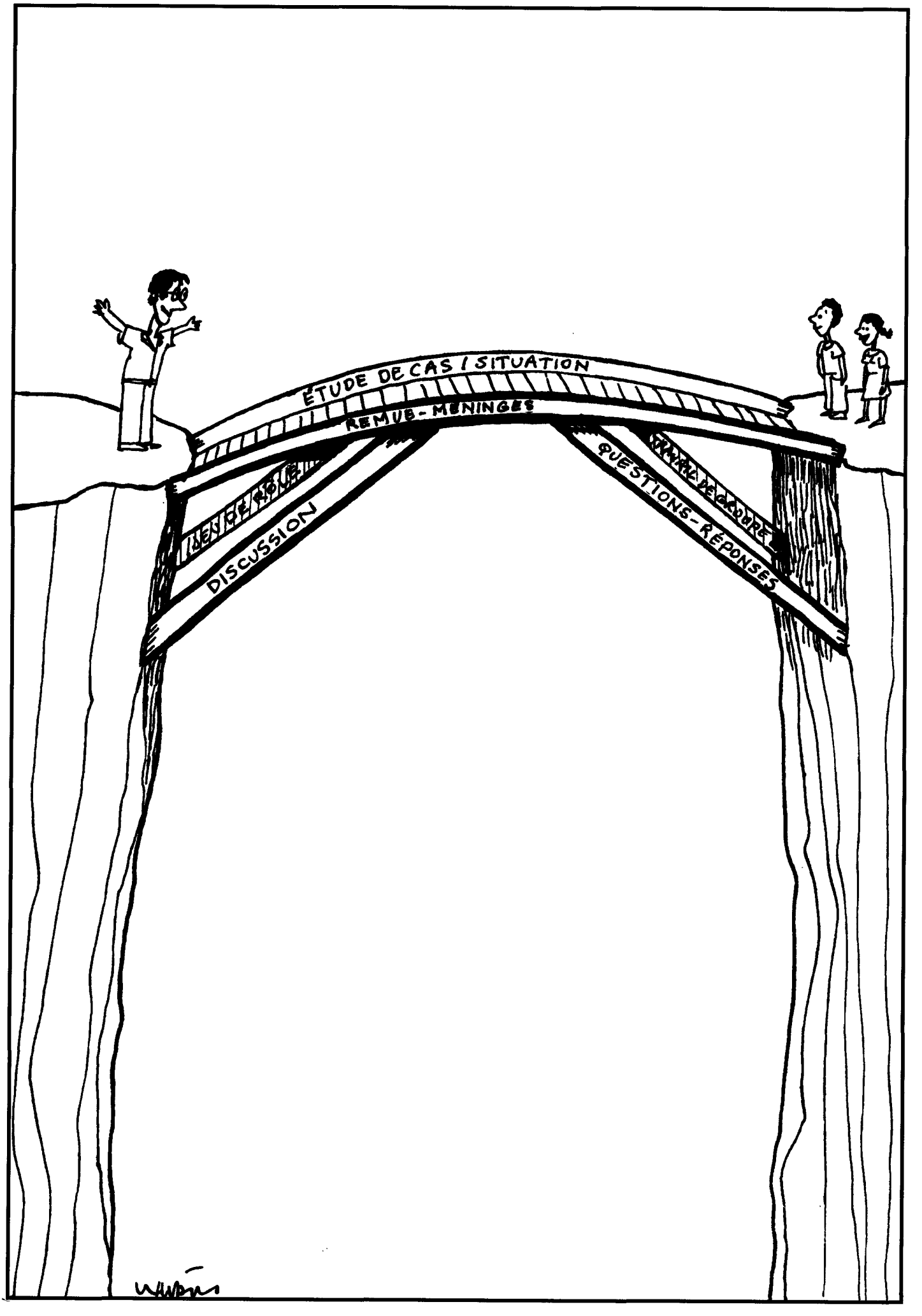
Certaines des activités pourront vous paraître discutables ou exprimées en termes trop explicites pour les jeunes.

[Identifier les activités que les enseignants auront éventuellement du mal à accepter, et dites pourquoi]

L'activité 6 de l'unité 2, par exemple, présente des jeux sexuels sans pénétration à substituer pour plus de sécurité aux rapports sexuels. Il est important que les jeunes sachent que les rapports sexuels avec pénétration ne sont pas le seul moyen de se procurer du plaisir ...

L'unité 3 porte sur les rapports sexuels protégés et les préservatifs. Certes, le programme souligne que différer les rapports sexuels est un moyen très sûr d'éviter d'être contaminé par le VIH et les MST quand on est jeune, mais nous savons qu'à un moment donné de leur existence, nos jeunes seront à peu près tous sexuellement actifs. Nous devons leur donner les moyens de se protéger de l'infection au moment où débutera leur activité sexuelle. L'évaluation des programmes d'éducation sexuelle a montré que le fait de connaître des contraceptifs (comme le préservatif) et de pouvoir se les procurer n'entraîne pas un accroissement de l'activité sexuelle chez les jeunes. Il ne faut pas oublier que beaucoup de nos élèves sont déjà en activité sexuelle et que le discours concernant le « retardement des rapports sexuels » ne signifie plus grand chose pour eux. Le préservatif met aussi les filles à l'abri d'une grossesse non désirée – problème de première grandeur dans notre pays.

L'utilisation du préservatif dans des relations extra-conjugales est aussi une forme de comportement responsable car elle protège l'épouse et les enfants contre l'infection ; trop de femmes, elles-mêmes fidèles, sont en effet infectées par leur mari, lorsque celui-ci a des relations extra-conjugales, et souvent ne s'aperçoivent qu'elles sont séropositives que quand leurs enfants tombent malades et meurent du sida.


ÉTUDE DE CAS / SITUATION
REMUE-MÉNINGES
DISCUSSION
QUESTIONS-RÉPONSES

2. Méthodes didactiques

L'éducation préventive en matière de VIH, de sida et de MST exige une discussion franche et explicite sur la sexualité, les modes de transmission et les méthodes de protection. Beaucoup d'élèves peuvent être gênés par un discours sur la sexualité et par certains problèmes qu'elle soulève. Fort heureusement, la gêne ne tue pas. De plus, nous n'avons pas d'autres choix si nous voulons protéger nos enfants de cette maladie mortelle.

Ne prétendez pas que vous n'êtes pas embarrassé lorsqu'en fait vous l'êtes. Admettez que pour vous aussi il est difficile d'en parler, mais qu'il s'agit là d'un sujet trop important pour ne pas l'aborder. Commencez par dire que d'en parler souvent est plutôt embarrassant, et que dans une situation gênante on a tendance à rire, ou à plaisanter pour dissimuler sa nervosité. Cette démarche est très efficace pour tenir sa classe.

Rappelez-vous que les élèves de votre classe ont diverses expériences liées au sexe : certains sont sexuellement actifs, d'autres non ; certains peuvent être victimes d'abus sexuels ; d'autres ont eu l'occasion de s'informer sur la sexualité avec un adulte prévenant ou un membre de la famille plus âgé. Certains n'ont à ce sujet que des connaissances glanées dans la rue ; d'autres ont des relations sexuelles pour payer leurs frais de scolarité et pour se procurer des uniformes scolaires. En aucun cas, votre discours ne devrait être porteur de jugements. Cela pourrait provoquer un sentiment d'exclusion chez certains élèves et, par conséquent, un désintérêt par rapport à la prévention.

Présentez la sexualité en termes positifs. Le VIH, le sida et les MST peuvent ensuite être placés dans leur contexte réel. Expliquez que la prévention du VIH ne signifie pas uniquement se protéger soi-même, mais aussi protéger les autres. En effet, le comportement des jeunes au début de leur vie sexuelle pourrait bien déterminer l'avenir de cette épidémie.

Ce programme d'éducation est fondé sur les techniques participatives. L'éducation sur le VIH/sida et les MST ne consiste pas simplement en l'accumulation – mémorisation de nouvelles informations. Son objectif est de promouvoir le comportement qui empêche la transmission du VIH. Pour qu'une information puisse avoir un impact pratique sur le comportement d'une personne, il est important de prendre en compte ses connaissances et ses croyances personnelles antérieures. Les méthodes participatives sont utilisées pour mettre en valeur les expériences des élèves. Elles confèrent à ceux-ci un sentiment de confiance, les connaissances et les compétences pour se remettre eux-mêmes en question, ainsi que les autres. Elles leur permettent d'entreprendre des actions les concernant, ainsi que celles dirigées vers les autres.

Les méthodes participatives facilitent la découverte mutuelle et la communication entre les élèves. Cela est particulièrement important lorsqu'on traite de sujets aussi délicats que la sexualité et les relations humaines. Pour se sentir réellement concernés par le sida et pour avoir conscience de possibilités d'action personnelle par rapport à la maladie, les gens doivent être capables d'ouverture et d'honnetêté pour confier leurs expériences, leurs opinions et leurs craintes. Autrement, il leur est difficile de comprendre en quoi le sida les concerne et en quoi ils peuvent contribuer personnellement à sa prévention. Tous, trop souvent, nous pensons au sida comme « à un problème qui touche les autres ».

Nous suggérons les méthodes suivantes :

Discussion

Les discussions peuvent être menées avec la classe entière, mais elles sont plus efficaces en groupes restreints. Cette dernière approche favorise la communication et les échanges et aident les individus à clarifier leurs idées, leurs sentiments et leurs attitudes. Cette méthode didactique est très efficace lorsqu'elle est pratiquée après une étude de cas, par exemple une anecdote ou une histoire.

Questions

En dirigeant une discussion de groupe, les enseignants devraient être conscients de la portée d'une « dévalorisation » de la réponse des élèves. Si l'enseignant ne reçoit pas leurs réponses de manière positive, il risque de les

décourager de répondre aux autres questions. Le rythme des questions est lui aussi important. Les élèves devraient avoir suffisamment de temps pour réfléchir à leur réponse, mais sans toutefois ralentir le rythme des questions qui devrait être assez rapide pour rendre la classe animée. Tâchez de ne pas poser de questions provoquant des réponses par monosyllabes, c'est-à-dire de simples « oui » et « non ». Posez des questions ouvertes et claires pour inciter les élèves à parler.

Brainstorming (« Remue-méninges »)

Le « brainstorming » est une technique dans laquelle chaque réponse d'élève qui a trait au sujet est prise en considération. Il est important de ne pas soumettre les idées exprimées à un jugement de valeur, mais de les accepter toutes et de les répertorier au tableau ou sur une feuille de papier. Les élèves doivent être informés préalablement qu'on n'exigera nullement d'eux de justifier ou d'expliquer leurs réponses. Après un laps de temps accordé au « brainstorming » (celui-ci ne doit pas être trop long), un certain temps devrait être consacré à la réflexion et à l'élaboration d'une liste de priorités. Le « brainstorming » est efficace pour :

- Les problèmes controversés et délicats qui ont besoin d'être examinés et approfondis.
- Encourager les élèves qui hésitent à participer à la discussion.
- Rassembler rapidement un grand nombre d'idées.

Jeux de rôle

Le jeu de rôle consiste en une petite représentation spontanée décrivant des situations plausibles de la vie réelle. Dans le jeu de rôle on se met dans la peau de quelqu'un d'autre. Ceci est souvent plus facile que d'exprimer ses propres sensations et idées.

Le jeu de rôle est une technique très efficace, mais encore difficile à maîtriser. Les points suivants peuvent vous aider à rendre cette méthode plus efficace :

- Choisissez des volontaires ou des élèves extravertis et énergiques.
- Prenez vous-même l'un des rôles principaux.
- Donnez aux élèves l'ébauche d'un script ou un scénario pour faciliter le démarrage.
- Utilisez des accessoires : chapeaux, cartes portant des noms, perruques, etc.
- Si possible, utilisez l'humour.
- Répartissez vos élèves en couples et attribuez à chacun des rôles à jouer successivement, par exemple, une fois celui du père et la fois suivante, celui du fils. Ceci éliminera leur gêne d'être observés par toute la classe.

Étude de cas/situation

Une étude de cas est une histoire fictive qui permet aux élèves de prendre des décisions concernant la façon d'agir ou de réagir et sur les conséquences possibles de leurs actions. Les études de cas permettent aux élèves de débattre sur le comportement de quelqu'un d'autre et d'éviter de cette manière de révéler des expériences personnelles susceptibles de les gêner.

La fin d'une étude de cas peut être laissée en suspens, c'est-à-dire que la fin de l'histoire peut manquer et c'est aux élèves de décider de toutes les conclusions et conséquences possibles pour enfin décider de la meilleure issue à donner à la situation.

Travail de groupe

Beaucoup d'activités relatives aux exercices préconisent un travail en groupe restreint. Si vous décidez d'utiliser une telle méthode, voici quelques éléments pédagogiques :

- Il est préférable de commencer avec des groupes de trois ou de quatre personnes. Cela permet de mettre davantage à l'aise les élèves. Au fur et à mesure que la confiance augmente, les groupes peuvent devenir plus nombreux.
- Essayez le plus souvent possible de varier les méthodes employées pour la formation des groupes et assurez-vous d'une rotation fréquente des membres à l'intérieur des groupes. C'est à vous de décider de la composition de ceux-ci. Il est préférable de ne pas permettre aux élèves de former leurs propres groupes ; les élèves qui n'auront pas été choisis risquent de se sentir inférieurs et indésirables.
- Essayez de responsabiliser vos groupes, par exemple, distribuez les tâches entre rapporteur, facilitateur (celui qui motive les membres d'un groupe), celui qui chronomètre le temps, le présentateur du travail de groupe, etc.
- Soulignez la devise « un pour tous, tous pour un ». Tous les membres doivent contribuer à la tâche. La réussite du groupe dépend de la contribution individuelle de chaque membre.
- De temps à autre il peut être judicieux de constituer des groupes non mixtes plutôt que le contraire.

Autres méthodes

Le récit de contes est une méthode traditionnellement utilisée pour fournir des informations et des thèmes de débats. Le contexte dans lequel se déroulent certaines activités des élèves peut être décrit dans le cadre d'une histoire utilisant la culture locale comme base de l'histoire.

Les fables sont des contes racontés pour expliquer de quelle façon on peut se mettre soi-même dans des situations dangereuses en agissant de certaine manière. Dans les fables, les personnages sont souvent des animaux, et de ce fait, délivrent un message sans que les élèves éprouvent de malaise devant leur comportement. On peut élaborer des contes contenant des messages de prévention du sida suivis par des discussions sur ce qui a été retenu et sur la façon dont les choses pourraient être améliorées.

Exprimer des émotions ou messages de prévention sur le sida par la musique, la danse ou la poésie peut être très efficace. Utilisez des chansons et refrains connus localement et faites écrire aux élèves leurs propres paroles. Utilisez des danses connues de tous et ajoutez y également des paroles. Tous les membres d'un groupe peuvent participer à la rédaction des paroles.

Dans le cadre des activités d'élèves, vous pouvez transformer des jeux de rôle en pièces de théâtre qui pourront être jouées devant les parents ou les élèves d'autres écoles ou d'autres classes. A la fin des représentations, les messages pourront être débattus avec l'assistance.

Les marionnettes peuvent faire des choses difficiles à exprimer par des acteurs, pour des raisons culturelles. Après le spectacle, l'assistance peut poser des questions aux marionnettes. Cela est particulièrement efficace concernant les problèmes liés au sida qui peuvent être gênants ou difficiles à discuter ouvertement.

Méthodes pour des classes nombreuses

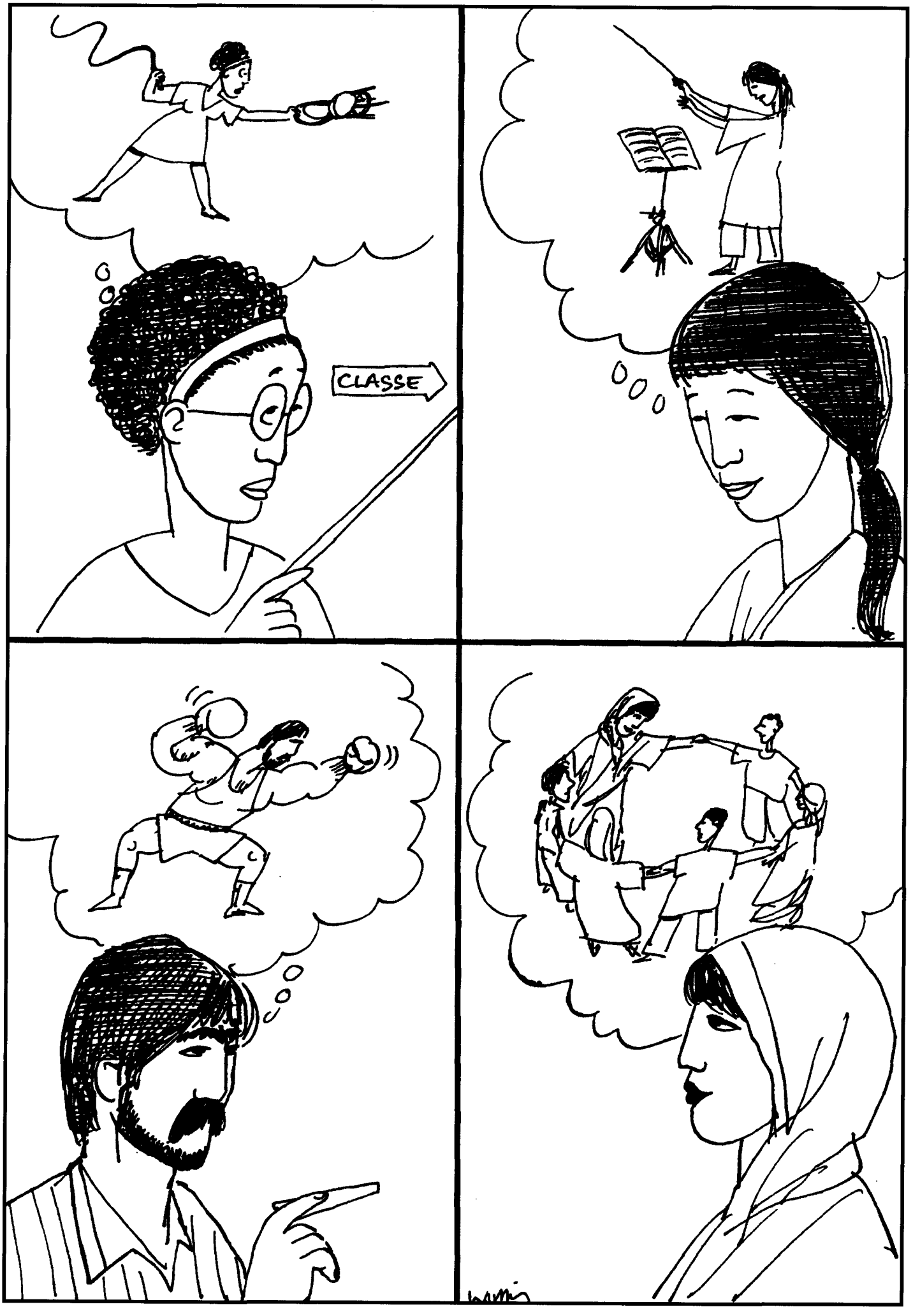
Les enseignants affrontant des classes à larges effectifs ne peuvent parvenir à une interaction avec les élèves telle qu'elle puisse donner lieu à des discussions ouvertes et franches. Lorsqu'il s'agit de très nombreuses classes, le tableau est le principal outil d'apprentissage. Dans cette situation, pour communiquer les faits sur le sida, l'enseignant peut arriver au meilleur résultat en utilisant des techniques de classe habituelles. Cependant, l'organisation de la communication d'informations ainsi que d'activités conduisant les élèves à examiner des comportements et des expériences doit reposer principalement sur la participation des élèves. Ceux-ci peuvent être répartis en groupes, et aidés par des pairs déjà formés à cette technique d'enseignement et ayant reçu des informations exactes sur le sida et les MST (voir section 4).

A la suite de séances d'informations sur le sida, les élèves peuvent mener à bien des projets de groupe, puis en faire part de diverses manières, par exemple, en fabriquant des tableaux, des illustrations, faisant connaître leurs rapports par des conférences, des jeux de rôle, des représentations théâtrales, etc. Les groupes se communiquent mutuellement les résultats de leurs travaux. Leurs sujets et leurs tâches éventuels peuvent être :

- Que connaissons-nous du VIH, du sida et des MST.
- Que connaissent nos familles sur le VIH, le sida et les MST.
- Que connaît la communauté sur le VIH, le sida et les MST.
- Qu'est-ce qui est fait au centre médical pour les personnes atteintes du VIH, et pour les malades du sida et des MST : entretiens avec des médecins et des infirmières.
- Le groupe identifie et collecte : les matériels existants, affiches, émissions radiophoniques et télévisées, pour informer le public sur le VIH, le sida et les MST.
- Le groupe identifie des particuliers, des groupes ou des organisations agissant dans la communauté et qui dispensent les informations sur ces sujets. Chaque groupe organise une réunion avec l'une des personnes ou des organisations identifiées.
- Le groupe effectue un sondage d'opinion et expose ses résultats.
- Le groupe identifie les principales activités de loisirs de ses pairs.
- Le groupe identifie des comportements qui pourraient causer l'extension du VIH dans des différents groupes d'âge.
- Les groupes organisent des réunions pour expliquer le sida.
- Les groupes organisent des débats, des compétitions, des événements sociaux.
- Les groupes écrivent et jouent des pièces de théâtre pour illustrer le danger du VIH et du sida dans la communauté.

En conclusion de ces activités, l'enseignant peut inviter une personnalité qui assistera à une présentation des résultats.

Il arrive souvent qu'à la fin de leurs projets, les élèves continuent à développer d'autres thèmes menant à l'approfondissement de connaissances relatives à leur contexte social. En utilisant les mêmes approches, ils peuvent présenter les problèmes concernant l'abus de drogues, d'alcool, etc.


CLASSE

3. Ambiance de la classe

Les élèves risquent d'avoir des réactions variées par rapport à ce programme. Ils peuvent :

- **Poser des questions distrayantes (pour essayer de vous déconcerter).**
- **Demeurer silencieux, car gênés.**
- **Choquer ou essayer d'amuser la classe en décrivant des comportements sexuels explicites.**
- **Poser des questions très indiscrètes sur votre vie privée.**
- **Faire des commentaires provoquant des critiques ou des railleries de la part des autres élèves.**

Afin de maîtriser toutes ces situations, il est important d'instaurer un ensemble de règles propres à la classe. Assurez-vous avant votre intervention que vos élèves ont compris parfaitement les règles. Ceux-ci peuvent établir leurs propres règles ou vous pouvez leur en proposer une liste et ensuite engager une discussion sur leur pertinence et les raisons de leur importance. Nous suggérons la liste de règles suivantes :

- Les élèves devraient se traiter réciproquement en des termes positifs et être prévenants quant aux émotions des uns et des autres.
- Hors de la classe, les élèves ne devraient pas discuter de sujets personnels soulevés pendant le cours.
- Les élèves devraient éviter de s'interrompre mutuellement.
- Les élèves devraient s'écouter les uns les autres et respecter les opinions de chacun.
- Les élèves ainsi que les enseignants ont le droit de ne pas répondre aux questions à caractère trop personnel.
- Pas de réprimande, même si vous êtes en désaccord total avec une personne ; vous ne riez pas, vous ne plaisantez pas sur leur compte et vous n'utilisez pas d'expressions qui risquent de provoquer chez une personne un sentiment d'infériorité.
- Les élèves devraient avoir la possibilité d'adresser leurs questions à l'enseignant de manière anonyme.
- Il arrive fréquemment que les élèves rient et gloussent lorsqu'il s'agit de la sexualité. Cela devrait être permis au début car cela réduit les barrières pendant la discussion sur ce sujet.

Stratégies proposées pour des problèmes particuliers

Les stratégies suivantes pourraient être employées pour le traitement des questions personnelles, du langage trop explicite et d'un comportement inapproprié.

- Confronté à des déclarations qui avancent ou renforcent des stéréotypes, provoquez une discussion avec les élèves sur les implications de ces déclarations, par exemple les insinuations selon lesquelles certains groupes de population sont responsables de l'épidémie.
- Adoptez un ton ferme face aux situations difficiles, par exemple « Ce sujet ne convient pas à notre cours. Si tu désires en parler, je serai ravi de le faire après le cours. »
- Évitez d'être trop critique envers les réponses. Cela encouragera vos élèves à s'exprimer de manière ouverte et honnête.
- Présentez les deux aspects d'un problème qui est sujet à controverse. Évitez de porter un jugement de valeur.
- Pour certaines activités en groupe, susceptibles de provoquer la gêne chez certains élèves, il pourrait être judicieux de séparer les garçons des filles. Dans certains cas, les groupes non mixtes risquent de fonctionner plus efficacement.

Aider l'élève anxieux

- Il est utile de réfléchir à l'avance à la réponse que vous donnerez aux élèves qui croient avoir été en contact avec le VIH ou avoir une MST. Il est important que votre comportement vis-à-vis des élèves leur permette de se sentir à l'aise lorsqu'ils vous demandent des conseils.
- En tant que responsable d'un enseignement sur le VIH, le sida et les MST, vous devez connaître à l'avance les possibilités d'aide et de services disponibles dans votre communauté.
- Soyez à l'écoute de l'élève qui s'adresse à vous sans lui imposer vos valeurs, vos opinions et vos jugements moraux. Ne lui posez pas de questions insidieuses ou suggestives sur sa conduite.
- Communiquez à l'élève vos préoccupations sur sa santé et expliquez lui, au moment opportun, que vous connaissez des institutions qui peuvent l'aider. Proposez-lui d'enclencher le processus de démarches nécessaires en contactant l'un des organismes que l'élève aurait choisi.
- Continuez à lui manifester votre soutien en demandant de temps à autre et de façon confidentielle à l'élève s'il a besoin de plus d'informations, s'il a entrepris une démarche, ou s'il a d'autres inquiétudes relatives à vos propos.

4. Les élèves-relais

[Rédigez cette section en fonction du rôle attribué aux élèves-relais dans le programme]

Des élèves-relais, pour quoi faire ?

Les jeunes écoutent plus attentivement et acceptent plus volontiers les messages de pairs qu'ils respectent que ceux d'un enseignant. Tel est le cas tout spécialement dans les domaines de la santé, de la sécurité et de la sexualité. L'influence de certains élèves est discernable au fait que ce sont eux qui fixent les normes du groupe et y jouent un rôle de modèle. Ils sont aptes à devenir des élèves-relais. Les élèves-relais prêtent assistance à l'enseignant, lui permettant ainsi de consacrer plus de temps au travail préparatoire, au suivi individuel des élèves et à la gestion de la classe.

Qui est l'élève-relais ?

Un élève-relais est un individu qui aide l'enseignant de diverses manières :

- aide à la gestion de la classe – p. ex., distribution des feuilles d'activité
- aide aux démonstrations – p. ex., utilisation d'un préservatif
- aide aux jeux de rôle – p. ex., s'affirmer
- dirige une équipe de la classe – p. ex., à l'occasion d'un jeu d'esprit
- lit des récits, des questions, des réponses à des activités
- prend l'initiative d'avancer des réponses à des activités
- prend la direction d'un groupe restreint
- fait état des conclusions d'un groupe restreint
- sert de modèle d'un comportement approprié – p. ex., se montre sûr de lui
- se charge de certaines activités et revient en rendre compte – p. ex., achat d'un préservatif
- fait le dépouillement des scrutins – p.ex., quand l'enseignant veut savoir quel est le nombre de réponses « oui »
- trace les graphiques au tableau.

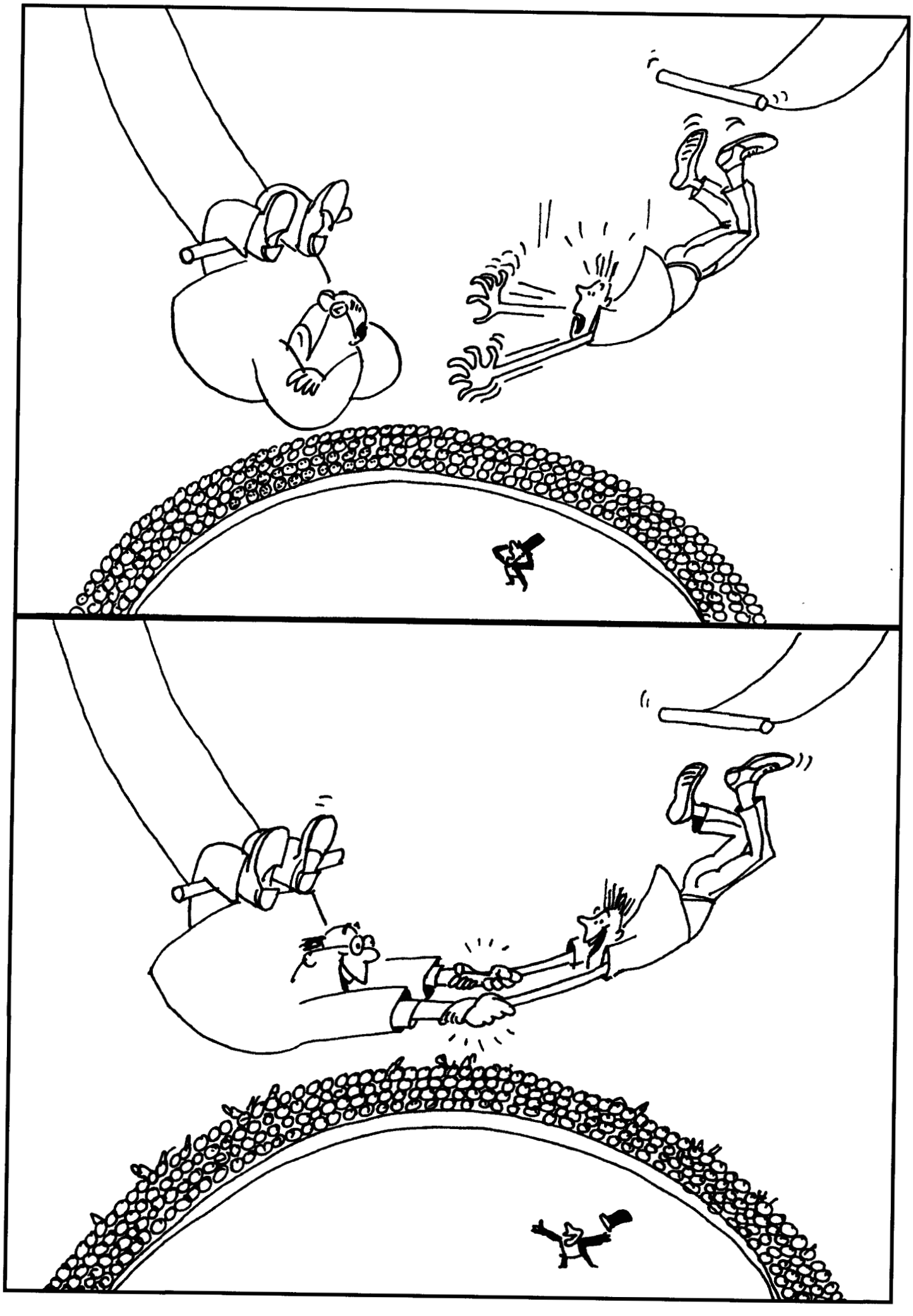
Sélection des élèves-relais

Les élèves-relais peuvent être sélectionnés par leurs pairs. Sinon, ils sont à choisir parmi les individus de la classe qui sont :

- écoutés par les autres élèves
- soucieux du bien-être de leurs pairs
- capables d'écouter les autres
- sûrs d'eux
- dignes de confiance, honnêtes
- aimés des autres élèves
- des élèves qui paraissent équilibrés – pas nécessairement des prix d'excellence
- ni tous des garçons ni tous des filles (si possible)
- éventuellement, des élèves plus âgés que les autres
- éventuellement des élèves sexuellement actifs (s'il y a moyen de le savoir)

Ce guide n'expose pas les moyens d'utiliser les élèves-relais pour chaque activité. Cependant, l'enseignant pourra mettre à contribution des élèves-relais chaque fois qu'il le jugera utile et approprié.

Il s'agit d'un processus très délicat car il est essentiel que les élèves sélectionnés ne soient pas perçus par leurs camarades comme les « chouchous » du maître et rejetés comme tels, cela à la fois dans l'intérêt du programme et pour l'estime de soi des élèves-relais. [Donnez ici des indications détaillées sur la formation des élèves-relais, illustrez les activités où interviennent des élèves-relais, suggérez des formes de reconnaissance de leur rôle.]



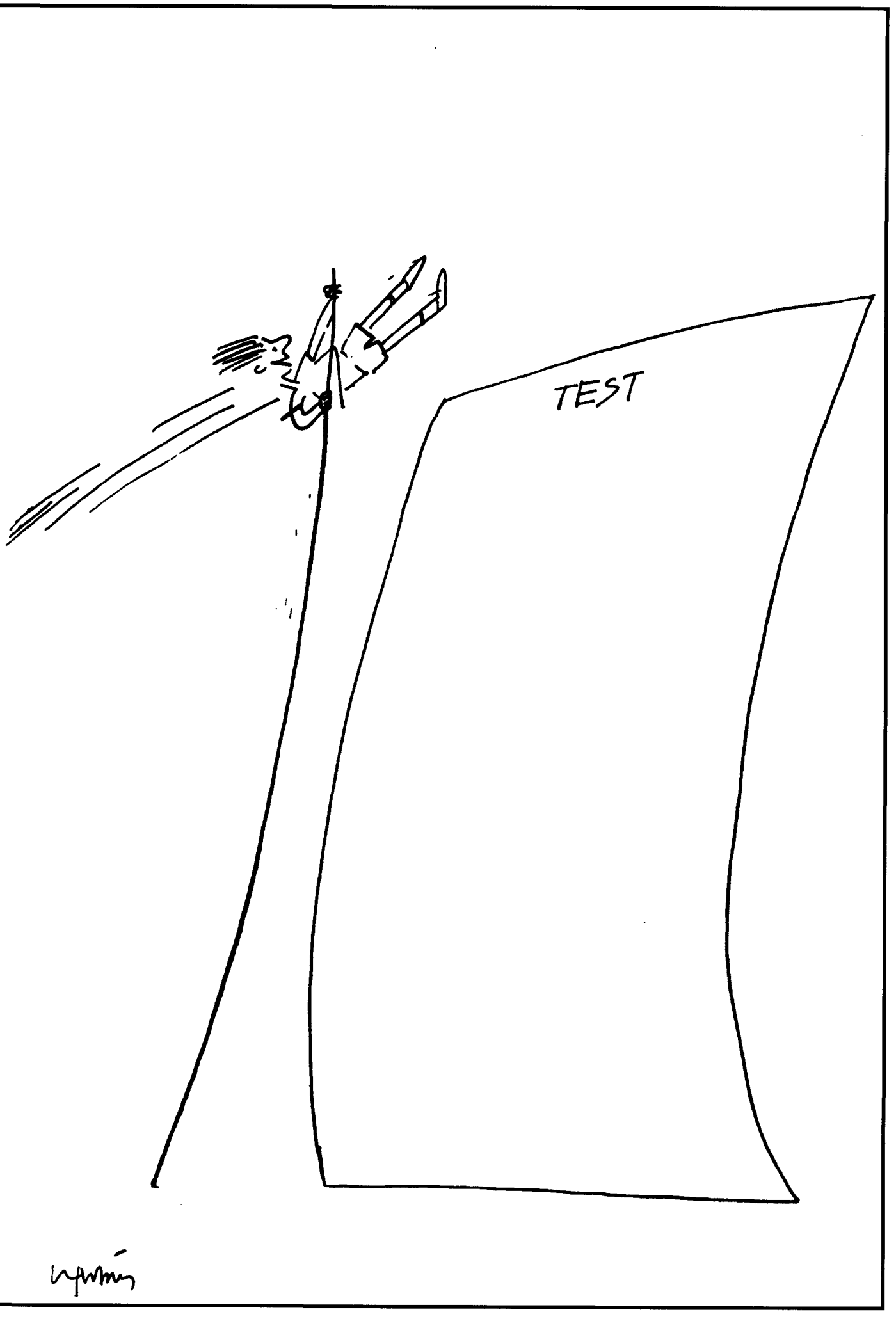
5. Participation des parents et des membres de la famille

Il est important de faire participer les parents au programme car les familles jouent un rôle important dans l'élaboration des valeurs personnelles et éthiques de nos élèves. La plupart des parents reconnaissent la menace que représente le sida et sont favorables à ce qu'un enseignement soit dispensé à l'école pour sa prévention. Certains ont du mal à discuter de la sexualité avec leurs enfants et sont heureux que l'école veuille bien s'en charger. Ils peuvent, toutefois, avoir des réserves à formuler sur certaines parties du programme.

Les parents ont souvent besoin eux-mêmes de s'instruire sur le sida et le programme scolaire peut leur offrir, ainsi qu'à d'autres membres de la famille, l'occasion d'être informés de façon précise et de dissiper mythes et rumeurs circulant sur le sida dans la communauté.

Le meilleur moyen d'obtenir la participation des parents est ...

[Fournir ici aux enseignants des indications détaillées sur la façon de faire participer les parents et sur les types de matériels et d'activités qui sont envisagés pour eux.]


TEST

6. Test pour l'évaluation des élèves

Les élèves sont soumis à des tests courts pour un certain nombre de motifs : pour inciter les élèves à apprendre le contenu du programme, pour les informer de leurs progrès, pour leur attribuer une appréciation ou une note et pour vous informer des progrès de vos élèves. Les questions du test suivant ont été sélectionnées en correspondance avec le programme que vous enseignez. Il devrait être administré aux élèves à [indiquer ici le moment opportun : à la fin de chaque unité, de chaque année ...].

Il convient de discuter des réponses justes avec les élèves après le test. Les réponses aux questions vous sont fournies pour vous permettre de noter les tests et de les commenter. [Ajouter ici le test recommandé, avec ses réponses.]

QUE FAIRE POUR PRÉVENIR
SIDA
VIH
MST

7. Questions sur le VIH, le sida et les MST

1. Qu'est-ce que le sida ?

– *SIDA signifie Syndrome d'Immuno-Déficience Acquise.*

– *S = Syndrome : ensemble de signes et symptômes caractérisant une maladie.*
ID = Immuno-Déficience : affaiblissement des défenses immunitaires de l'organisme.
A = Acquise : non héréditaire mais due à un virus (acquis) rencontré par le malade au cours de sa vie.

– *Le sida est causé par un virus, le VIH (virus de l'immunodéficience humaine) qui attaque et détruit progressivement le système immunitaire de l'organisme. Le système immunitaire est le système de défense naturel que possède l'organisme et qui lui permet de lutter contre toutes sortes d'agressions, en particulier les infections.*

– *Une personne a le sida lorsque le virus a suffisamment endommagé le système de défense de l'organisme, ce qui permet aux infections et aux cancers de se développer.*

– *Les infections, les cancers et autres maladies envahissent le corps de la personne et la conduisent à la mort. Actuellement, il n'y a ni vaccin, ni remède pour guérir le sida.*

2. Que savons-nous sur le VIH ?

– *Comme tous les autres virus, le VIH (virus de l'immunodéficience humaine) est minuscule. Il est trop petit pour être vu avec un microscope ordinaire. Les virus causent toutes sortes de maladies, de la grippe jusqu'à l'herpès et certains types de cancers.*

– *Pour se reproduire, le VIH doit entrer dans une cellule du système immunitaire. Il combat les cellules qui nous protègent des infections que nous pouvons contracter et affaiblit notre résistance à d'autres maladies.*

– *Les infections qui se développent à cause du VIH qui affaiblit le système immunitaire se nomment les « infections opportunistes ». Elles comprennent : les infections pulmonaires, comme la tuberculose ou une autre forme particulière de pneumonie, la pneumocystose (Pneumocystis carinii) ; les infections gastro-intestinales, comme les candidoses buccales ou les diarrhées chroniques ; les infections cérébrales comme la toxoplasmose ou la méningite à cryptocoques.*

– *Certains malades du sida développent des cancers dont le sarcome de Kaposi est le plus typique. C'est un cancer qui provoque des lésions rouges de la peau.*

3. Qu'est-ce qu'une MST ?

– *MST veut dire « maladies sexuellement transmissibles ». Un grand nombre d'entre elles ont été identifiées et les MST les plus courantes sont : la gonorrhée, la chlamydiase, la syphilis, la trichomonase, les verrues génitales, le chancre mou, l'herpès génital, l'hépatite B et l'infection au VIH.*

– *Les MST sont généralement provoquées par des virus, des bactéries ou des parasites. Les virus causent les verrues génitales, l'hépatite B et l'herpès génital. Les bactéries causent la gonorrhée et la syphilis. Les parasites causent la gale, la trichomonase et le poux du pubis.*

– *La majorité des MST peuvent être soignées.*

– *Si elles ne sont pas soignées à temps, certaines MST peuvent provoquer des maladies chroniques, aussi bien chez les hommes que chez les femmes. Chez la femme, par exemple, une MST peut causer des dommages très graves : stérilité, cancer du col de l'utérus, lésions du cœur ou du cerveau, et éventuellement la mort.*

– Les symptômes d'un grand nombre de MST sont souvent difficiles à identifier, ce qui fait que beaucoup de gens ne le savent qu'une fois les dommages plus importants déclarés. C'est surtout le cas chez les femmes et cela rend difficile le diagnostic et le traitement précoces.

– Les symptômes possibles des MST sont les suivants : écoulement anormal du pénis, de l'anus ou du vagin ; brûlures en urinant ; douleurs abdominales ; douleurs au cours des rapports sexuels ; démangeaisons, rougeurs et lésions des parties génitales. Si l'un de ces symptômes apparaît, il faut immédiatement cesser tout rapport sexuel et consulter un médecin.

4. Que sont les anticorps ?

– Le système de défense du corps (système immunitaire) développe des anticorps qui sont des « lutteurs » contre les germes, combattant et détruisant divers virus et microbes qui envahissent le corps.

– La présence d'anticorps particuliers dans le sang d'une personne indique que la personne a été exposée à cette infection. Par exemple, lorsqu'une analyse de sang révèle que les anticorps contre le VIH sont présents dans le sang, cela signifie que la personne est infectée par le VIH.

5. Que signifie la période de séroconversion (« fenêtre sérologique ») ?

– C'est le laps de temps nécessaire au corps pour produire des taux mesurables d'anticorps après une infection. Pour le VIH, cette période va habituellement de 2 à 12 semaines. Elle peut être plus longue dans de rares cas.

– Cela signifie que si l'on effectue un test de dépistage pendant la période de séroconversion, le résultat sera négatif, car le test cherche des anticorps qui ne se sont pas encore développés. Mais cette personne est déjà contaminée par le VIH et en situation de pouvoir le transmettre à d'autres.

– Il est conseillé aux personnes dont le test de dépistage du VIH est négatif de revenir pour un nouveau test dans un délai de 3 mois. Si la personne est en effet contaminée, ce temps est nécessaire pour que les anticorps contre le VIH se développent (ces personnes doivent éviter des comportements à risque pendant ces 3 mois).

– Le test de dépistage du VIH le plus courant porte le nom de test ELISA.

6. Que signifie la phase asymptomatique ?

– La phase asymptomatique est la période de temps qui s'écoule entre la contamination et le début de l'apparition des signes et des symptômes liés au sida.

– Elle varie d'une personne à l'autre ; elle peut aller de six mois minimum jusqu'à 10 ans ou davantage.

– Habituellement, la phase asymptomatique dure plusieurs années durant lesquelles la personne peut avoir les ganglions gonflés sans aucun autre problème. Alors, la personne commence à développer des symptômes tels que muguet ou sueurs nocturnes. Cela peut encore prendre des années avant que la maladie ne se déclare. La période entre le moment où le sida se déclare et la mort peut aller de six mois à deux ans, voire plus.

– Durant la phase asymptomatique, la personne contaminée peut ne pas avoir les signes de la maladie. Cependant, les maladies liées au VIH surviennent généralement des mois ou même des années avant l'apparition du sida.

– Pendant la phase asymptomatique (et même pendant la phase symptomatique), la personne est porteuse du virus, c'est-à-dire qu'elle peut contaminer les autres avec le VIH.

7. Quels sont les symptômes du sida ?

– Il faut répondre prudemment à cette question pour chaque cas spécifique car il est souvent difficile d'identifier si les symptômes sont réellement ceux du sida ou s'ils sont simplement en rapport avec

d'autres maladies moins graves. Les signes et les symptômes de l'infection par le VIH se développent avant que n'apparaissent ceux du sida. Celui-ci constitue la phase finale de l'infection par le VIH, la plus grave car elle mène à la mort.

– Des signes et des symptômes évidents indiquent une maladie opportuniste, telle que la tuberculose ou la pneumonie. Cependant, certains signes et symptômes peuvent être : une perte récente de poids inexpliquée ; une fièvre ou une diarrhée prolongées plus d'un mois ; des ulcères génitaux ou anaux depuis plus d'un mois ; une toux qui dure plus d'un mois ; des problèmes neurologiques ; des ganglions gonflés ; des éruptions cutanées récurrentes.

8. Existe-t-il des remèdes ou des vaccins contre le sida ?

– Il existe un grand nombre de médicaments efficaces pour le traitement des infections associées au sida, mais aucun ne soigne la maladie elle-même. Ces remèdes permettent de retarder l'apparition des symptômes et l'évolution vers la mort.

– Il existe quelques médicaments capables de freiner la multiplication du VIH chez les personnes contaminées. Ces médicaments ne détruisent pas le virus qui se trouve dans le corps, mais aident à prolonger la vie des malades infectés par le VIH.

– Aujourd'hui, il règne un certain optimisme quant au développement d'un vaccin contre la maladie. Une grande partie de la difficulté réside dans le fait qu'il existe un grand nombre de variétés du VIH. Chez une même personne, le virus peut changer avec le temps. Les chercheurs continuent à travailler sur ce sujet, mais de toute évidence, il faudra encore des années pour fabriquer des vaccins fiables et efficaces.

9. Comment contracte-t-on le VIH ?

– Le VIH peut se trouver dans les liquides biologiques tels que le sang, le sperme, les sécrétions vaginales et le lait maternel.

– Toute pratique permettant au virus présent dans ces liquides de pénétrer par la peau ou à travers une muqueuse dans la circulation sanguine d'une autre personne peut causer l'infection par le VIH.

– Normalement, la peau fait une barrière à ce type de pénétration, mais cette dernière peut être brisée. Les lésions de la peau peuvent être minimes telles que des coupures, des égratignures, des plaies ou des ulcérations.

– Généralement, il existe trois principaux modes de transmission du VIH :

i) Lorsque le sperme ou les sécrétions vaginales d'une personne infectée entrent en contact avec les muqueuses du vagin, du pénis ou de l'anus d'une autre personne, alors le virus s'introduit dans la circulation sanguine.

ii) Quand la peau est transpercée par une aiguille ou un autre objet perçant, par exemple un rasoir ou un instrument de tatouage, et que cet objet est souillé par le sang d'une personne séropositive. Les toxicomanes qui partagent la même seringue ou aiguille prennent un risque très élevé de transmettre le VIH. Toutes les seringues et les aiguilles non stérilisées peuvent transmettre l'infection.

iii) Une femme enceinte porteuse du VIH peut infecter son fœtus car le virus peut traverser le placenta pendant la grossesse, l'accouchement ou quelquefois par l'allaitement.

Remarques :

– Pour des raisons médicales, une personne peut avoir besoin d'une transfusion sanguine. Si le donneur de sang est séropositif, il y a un risque important que le virus soit transmis par le sang. Cependant, la plupart des pays de nos jours font un test de dépistage des donneurs de sang. Le risque d'être contaminé par cette voie est de ce fait minime.

– Le risque de transmission du VIH par le biais du baiser profond reste très minime. Un léger risque subsiste toutefois s'il y a des lésions ou des ulcérations dans la bouche. Mais aucun cas de transmission par cette voie n'a été rapporté.

– Bien que les risques de contamination soient très minimes, il est conseillé de ne pas échanger les brosses à dents.

10. Modes de non-transmission du VIH ?

– Le VIH ne se transmet pas par le toucher, les postillons ou les crachats, l'utilisation d'assiettes et de couverts ayant servi à un séropositif, l'alimentation, le contact avec des animaux domestiques, les piqûres d'insectes notamment les moustiques, en fréquentant les toilettes publiques et les douches, et les piscines publiques.

– Les infirmières et les autres professionnels de santé qui entrent en contact avec les liquides biologiques sont formés pour se prémunir contre les risques de contamination. Cela fait partie des règles d'hygiène générale dans les milieux hospitaliers.

11. Comment éviter la contamination ?

– Une personne qui n'a pas de rapports sexuels et qui ne se drogue pas par voie intraveineuse (ou qui utilise des aiguilles et des seringues stérilisées) n'a presque aucun risque de contracter le VIH ou une autre MST.

– Les personnes mariées ou qui n'ont pas de rapports sexuels avant le mariage ne sont pas protégées systématiquement du VIH. Un grand nombre de personnes y ont cru et ont fini par être infectées par leurs partenaires. C'est surtout le cas pour beaucoup de femmes pour qui le seul facteur de risque était des rapports sexuels avec leurs époux ou partenaires.

– Les personnes qui sont réciproquement fidèles (c'est-à-dire qui n'ont pas d'autres relations sexuelles en dehors de leur couple) et qui sont séronégatives au début de leur relation ne risquent pas de contracter le VIH par voie sexuelle à condition de ne pas recevoir de transfusion sanguine ni de s'injecter des drogues avec une seringue ou une aiguille non stérilisée.

– Les gens qui utilisent correctement un préservatif à chaque fois qu'ils ont des relations sexuelles se protègent de l'infection par le VIH.

– Se laver après le rapport sexuel n'empêche pas l'infection par le VIH.

12. Est-ce que les maladies sexuellement transmissibles augmentent le risque d'infection par le VIH ?

– De toute évidence, le risque de contracter et de transmettre le VIH est plus grand si l'un ou l'autre partenaire est atteint d'une autre maladie sexuellement transmissible. Il en est ainsi à cause des plaies ouvertes, des ulcérations sur la peau ou des muqueuses, fréquentes en cas de MST.

– Si vous avez le moindre soupçon d'avoir été exposé ou d'avoir contracté une MST, vous devriez aller voir un médecin.

– Une personne atteinte d'une MST devrait être consciente qu'elle s'expose à un risque encore plus important de contracter le VIH si elle a des relations sexuelles non protégées.

13. Que veut dire « sexe sans risque » et « sexe avec protection » ?

A cause des dangers du VIH et du sida, il est nécessaire d'être très explicite en présentant les pratiques sexuelles qui comportent des risques d'infection au VIH et celles qui n'en comportent pas.

a) Pratiques sexuelles sans risque

– Les pratiques suivantes empêchent le sang, le sperme ou les sécrétions vaginales de votre partenaire d'entrer en contact avec votre propre sang et d'éviter ainsi la transmission du VIH : la masturbation, le massage, les caresses, les câlins et les attouchements des parties génitales.

b) Pratiques sexuelles comportant un faible risque

– L'utilisation correcte et régulière des préservatifs pendant le rapport sexuel réduit le risque d'infection par le VIH et autres MST. Les préservatifs en latex se sont avérés efficaces contre la

transmission du VIH et des MST. C'est aussi un moyen de contraception. L'utilisation incorrecte des préservatifs réduit leur efficacité dans certains cas, par exemple, s'ils se déchirent. Le rapport sexuel avec préservatif est appelé « sexe avec protection ».

– *Étant donné que peu de gens ont contracté le VIH en pratiquant les activités suivantes :*
  - *la fellation (la bouche sur le pénis, sans mettre le sperme dans la bouche) ;*
  - *le cunnilingus (la bouche sur le vagin) ;*
  - *l'anulingus (la bouche sur l'anus) ;*
  - *les baisers profonds ;*

On considère alors que ces activités comportent un faible risque.

c) Pratiques sexuelles à haut risque

– *Les pratiques suivantes comportent indubitablement un risque élevé :*
  - *la sodomie sans préservatif ;*
  - *le sexe vaginal (le pénis dans le vagin) sans préservatif ;*
  - *tout acte sexuel pendant lequel le partenaire saigne ;*
  - *garder le sperme (ou le sang) dans la bouche pendant les relations oro-génitales.*

14. Que veut dire l'affection sans rapports sexuels (sexualité sans pénétration) ?

L'affection, ainsi que les plaisirs sexuels peuvent être manifestés de façons variées par : les caresses, le massage, la masturbation mutuelle. Dans beaucoup de cultures, le sexe avec pénétration est considéré comme l'unique mode de rapports sexuels. Cependant, des femmes et des hommes sans distinction trouvent du plaisir avec des pratiques autres que le sexe avec pénétration.

15. Est-ce que certaines personnes risquent davantage d'être contaminées par le VIH ?

Oui. Cela dépend du comportement de la personne. Certains comportements et activités comportent plus de risque de contamination par le VIH que d'autres :

– *Avoir plusieurs partenaires sexuels.*

– *Pratiquer des activités sexuelles à risque comme par exemple avoir un rapport sexuel sans préservatif (voir ci-dessus).*

– *Avoir une relation sexuelle en étant déjà atteint d'une autre maladie sexuellement transmissible.*

– *Partager des aiguilles et des seringues pour s'injecter des drogues.*

Il y a aussi des situations que les individus ne peuvent pas contrôler, comme par exemple :

– *Recevoir des injections avec des seringues qui ne sont pas correctement nettoyées ou stérilisées.*

– *Recevoir des transfusions sanguines avec du sang qui n'a pas été contrôlé.*

16. Les hommes et les femmes sont-ils physiologiquement aussi vulnérables à l'infection par le VIH ?

Les femmes sont physiologiquement légèrement plus vulnérables à l'infection au VIH que les hommes. Chez la femme, la superficie des muqueuses exposée lors du rapport sexuel est beaucoup plus grande que chez l'homme, ainsi le virus peut plus facilement pénétrer les muqueuses du vagin. Les jeunes filles sont plus vulnérables que les femmes de 18 à 45 ans. Leur col de l'utérus immature, et leurs sécrétions vaginales relativement peu importantes ne sont pas des barrières solides contre la pénétration du VIH. Les femmes sont contaminées plus jeunes que les hommes, d'une part parce que beaucoup de jeunes femmes se marient ou ont des relations sexuelles avec des hommes plus âgés qui ont déjà eu d'autres partenaires, d'autre part parce qu'elles sont biologiquement plus vulnérables.

17. Est-ce qu'on doit avoir beaucoup de partenaires sexuels pour être contaminé par le VIH et les MST ?

Même un seul contact avec une personne contaminée par le VIH peut être suffisant pour transmettre l'infection. Cependant, le risque d'être contaminé par le VIH grandit avec le nombre de partenaires et d'actes sexuels. La présence d'une MST (ex : des ulcères génitaux) chez un partenaire sexuel accroît le risque de transmission du VIH.

18. Questions sur la transmission :

a) Est-ce que le VIH se répand par le biais de prostituées et de leurs clients ?

Les prostituées et leurs clients, ainsi que toutes les personnes qui ont beaucoup de partenaires sexuels, courent le risque d'être contaminés. Ils peuvent alors passer l'infection à bien d'autres. Si une prostituée insiste sur l'utilisation du préservatif à chaque fois qu'elle a une relation sexuelle, le risque d'infection pour elle et son partenaire sera nettement réduit. Un grand nombre de prostituées ont remplacé le sexe avec pénétration par des pratiques plus sûres, réduisant ainsi le risque de contamination. Malheureusement, leurs clients refusent souvent d'utiliser des préservatifs et ces femmes ne sont pas en position d'insister.

b) Est-ce que le risque de contamination par le VIH est plus important lorsque la femme a ses règles (pour son partenaire et pour elle-même) ?

Le sang menstruel des femmes infectées par le VIH contient le virus. La contamination peut survenir si le sang menstruel entre en contact avec la circulation sanguine de son partenaire sexuel. Une femme ayant ses règles est davantage exposée au risque de contracter le VIH pendant le rapport sexuel.

c) Pouvez-vous être contaminé(e) par transfusion sanguine ou par injection de produits sanguins ?

– Le dépistage systématique des dons de sang pratiqué par tous les services de transfusion doit exclure l'emploi de tous les produits sanguins «séropositifs», c'est-à-dire qui contiennent des anticorps contre le VIH. Depuis 1985, dans la plupart des pays, on effectue le dépistage systématique des dons de sang.

– Il existe une possibilité infime d'être contaminé par une transfusion sanguine occasionnelle dans le cas où un donneur de sang contaminé par le VIH se trouvait dans la « période de séroconversion » (test négatif) au moment où il donnait son sang.

– Il n'y a aucun risque à donner son sang.

d) Quels sont les risques de contamination pour un enfant né de mère séropositive ?

– Un nouveau-né peut naître contaminé. Il existe également le risque de transmission par l'allaitement maternel.

– Environ 20 à 40 % des enfants nés de mères infectées seront contaminés par le VIH. Un certain nombre d'entre eux développeront le sida durant la première année de leur vie. La majorité des enfants contaminés n'atteindront pas leur deuxième anniversaire. Cependant, certains peuvent vivre jusqu'à l'âge de 7 ans ou plus.

– Il est presque inutile d'effectuer une analyse des anticorps contre le VIH à la naissance des nouveau-nés de mères contaminées. Les résultats risquent d'être faussés car les anticorps de la mère se trouvent dans le sang de l'enfant jusqu'à l'âge de 18 mois. A partir de cet âge et au-delà, les résultats des analyses des anticorps peuvent être considérés fiables.

e) Est-ce que le lait maternel peut transmettre le VIH ?

Le lait maternel d'une mère séropositive contient le virus du VIH qui peut être transmis à l'enfant. Cependant, étant donné les bienfaits de l'allaitement maternel, l'Organisation mondiale de la santé recommande celui-ci dans les pays où la malnutrition et les maladies infectieuses sont les causes principales de la mort des nourrissons et où le taux de mortalité des nourrissons est élevé. L'allaitement maternel reste indiqué car les risques pour les enfants sont moindres que ceux de l'alimentation artificielle.

19. Est-ce que le contact avec des objets piquants ou tranchants (aiguilles, couteaux et autres instruments) peuvent transmettre le VIH ?

Oui. Tout objet piquant ou tranchant peut être souillé par du sang contaminé. L'infection peut être transmise si l'objet est réutilisé sans avoir été désinfecté ou stérilisé. Évitez le tatouage, le perçage d'oreilles, l'acupuncture, le partage des rasoirs ou les cérémonies rituelles d'échange de sang, avant d'être absolument certain que les objets employés sont stérilisés ou bouillis pendant quinze minutes.

---

20. Comment transmet-on le VIH avec des seringues et des aiguilles ?

– Dans les seringues et les aiguilles utilisées, il reste des quantités infimes de sang. La contamination peut se faire par la réutilisation des aiguilles ou des seringues si le premier utilisateur est infecté par le VIH.

– Pour que l'infection ait lieu, il suffit d'une quantité infime de sang. La contamination peut survenir à cause du partage des aiguilles et des seringues contenant des médicaments, de l'héroïne, de la cocaïne, des amphétamines (le speed), ou même de l'eau. Ce n'est pas ce qu'on met dans la seringue qui transmet le VIH, mais le sang qui reste dans les aiguilles ou les seringues.

– Pour les besoins d'injection par voie intraveineuse des toxicomanes, certains pays ont mis en place des programmes d'échange de seringues et d'aiguilles (les seringues et aiguilles usagées sont échangées contre des neuves). Afin d'éviter la transmission du VIH, ceux qui sont incapables de cesser totalement de se droguer par voie intraveineuse devraient bénéficier de ces programmes.

– Si vous êtes dans l'incapacité de trouver des aiguilles et des seringues neuves, votre matériel peut être désinfecté dans l'eau bouillante ou le cas échéant nettoyé de la manière suivante :

- *Rincez la seringue avec de l'eau froide et propre, au moins deux fois (ne pas utiliser de l'eau chaude). Faites gicler l'eau utilisée dans le trou d'évacuation.*
- *Rincez la seringue au moins deux fois avec de l'eau de javel et faites gicler l'eau utilisée dans le trou d'évacuation.*
- *Rincez-la encore une fois avec de l'eau froide et propre pour faire partir l'eau de javel.*

– Soyez extrêmement prudent si vous trouvez une aiguille ou une seringue dans un parc ou dans la rue. Jetez-la avec précaution en évitant de la toucher avec des doigts non protégés.

---

21. Peut-on contracter le VIH lors des sports de contact au cours desquels le saignement peut survenir ?

– Il n'y a pas de preuves rapportées qu'une personne participant à une activité sportive quelconque ait été contaminée par le VIH ou qu'elle l'ait transmis aux autres participants.

– La transmission pourrait survenir si l'un des athlètes infecté par le VIH avait une plaie ouverte qui entrerait en contact avec une coupure sur la peau ou sur la muqueuse de l'autre personne. Cependant, même dans un cas de figure aussi invraisemblable, le risque de transmission serait très réduit.

– Étant donné cette infime possibilité, il serait sage lors des sports de contact (la boxe, par exemple) où le saignement pourrait survenir de suivre ces instructions :

1) nettoyez toute coupure avec un antiseptique et couvrez-la bien ;

2) à l'apparition du saignement, cessez toute activité et attendez l'arrêt du saignement ; nettoyez la plaie avec un antiseptique et faites un pansement solide ;

3) mettez des gants en latex lors des soins aux blessés.

---

22. Est-ce que les moustiques et autres insectes transmettent le VIH ?

– Il est clairement prouvé que le VIH n'est pas propagé par les moustiques ou les autres insectes. Par exemple, les punaises, les poux et les puces dans le foyer d'une personne infectée par le VIH ne transmettent pas le virus aux autres personnes du foyer.

– Si les moustiques étaient responsables de la propagation du VIH, cela voudrait dire que les personnes de toutes les âges seraient contaminées. En général, les enfants avant la puberté sont rarement infectés, à moins d'être nés de mères séropositives ou de recevoir du sang infecté par transfusion sanguine.

– Nous savons que le VIH est présent dans certaines cellules du corps humain, mais pas dans celles des insectes. Donc, les moustiques et les insectes ne présentent aucun danger.

– Le VIH n'est pas comme le parasite du paludisme qui vit très bien dans le moustique. Celui-ci infecte les personnes en leur injectant du liquide dans lequel se trouve le parasite du paludisme.

23. Quand faut-il faire un test de dépistage ?

Rappelez-vous que le test de dépistage doit être effectué deux fois (voir ci-dessus).

Le test de dépistage comporte des avantages et des inconvénients. C'est une décision que l'on ne doit pas prendre à la légère. Les implications du résultat, positif ou négatif, devraient être prévues et discutées à l'avance avec un conseiller en VIH/sida.

a) Avantages du test de dépistage :

Si vous êtes contaminé par le VIH ...

– Vous pouvez recevoir un traitement précoce et vivre peut-être plus longtemps.

– Vous pouvez prendre la décision de vous occuper de vous-même de la façon la plus satisfaisante possible.

– Vous avez la possibilité de créer un réseau d'amis dès les premières étapes de la maladie.

– Vous pouvez vous faire soigner par des nouveaux médicaments qui sont sortis sur le marché.

– En sachant que les enfants peuvent naître avec le VIH, vous pouvez décider si vous voulez ou non avoir un enfant.

– Vous pouvez informer votre partenaire que vous êtes séropositif(ve).

– Vous pouvez vous abstenir de relations sexuelles ou utiliser des préservatifs.

– Vous pouvez éviter d'échanger des objets qui entrent en contact avec le sang : rasoirs, pincettes, aiguilles et seringues.

– Vous prendrez la décision de ne pas faire don de votre sang ou de vos organes.

Si vous n'êtes pas contaminé(e), vous serez soulagé(e) d'apprendre le résultat et vous déciderez de vous protéger dorénavant.

b) Les inconvénients du test de dépistage :

– Apprendre sa contamination par le VIH est une situation très angoissante. Le degré de détresse dépend de la préparation préalable à recevoir de telles nouvelles, de la qualité du soutien familial et amical et des attitudes culturelles et religieuses qu'on peut avoir par rapport à la maladie et à la mort.

– La personne qui apprend sa séropositivité est susceptible de ressentir des sentiments d'incertitude, de panique, de frustration, de chagrin, de dénigrement et d'anxiété. Afin de s'adapter à la nouvelle situation, elle doit procéder à une série de transformations.

– Qu'ils soient contaminés ou non, les partenaires et la famille de la personne contaminée par le VIH souffrent de tout ce que la séropositivité peut avoir comme conséquences.

– La personne séropositive peut souffrir de discrimination si l'information est divulguée.

c) Quelques points importants sur la séropositivité :

– La personne séropositive peut sensibiliser son entourage à s'engager dans la lutte pour la tolérance et la compassion envers les malades du sida.

– Les séropositifs devraient faire très attention aux conséquences de la révélation de leur état car les malentendus et la discrimination sont réels. Les personnes séropositives, ainsi que leurs proches peuvent en souffrir.

– Dans beaucoup de cas, les familles sont la source principale des soins et du soutien. En fonction de l'évolution de l'infection, les personnes séropositives, ainsi que les membres de leur famille, ont besoin des conseils et de l'assistance des professionnels.

– Le test et son résultat sont strictement confidentiels et le médecin est tenu au secret médical.

– Les personnes séropositives ne devraient pas souffrir de discrimination dans le cadre de leur travail et de leurs études.

– La séropositivité ne doit pas être considérée comme un handicap pour travailler ou faire des études.

– La séropositivité ne devrait pas être une raison de licenciement ou d'un renvoi de l'école.

– Afin de ne pas exposer son entourage à des risques de contamination, les séropositifs doivent avoir un comportement responsable dans leur lieu de travail, à l'école et ailleurs.

– Utiliser comme prétexte le don de sang pour faire un test de dépistage du VIH est un acte extrêmement irresponsable. Avant d'effectuer un test, il faut s'adresser à un conseiller adéquat.

d) Le test de dépistage devrait toujours être précédé par une consultation d'information-conseil (counselling) qui comprend :

– Des informations sur son déroulement et un grand nombre de ses aspects, la sensibilisation aux conséquences émotionnelles, sociales et médicales du résultat : positif ou négatif. Une discussion sur les avantages et les inconvénients du test de dépistage. La décision d'effectuer le test ne devrait être prise qu'après une considération attentive de tous ces facteurs.

e) La remise du résultat devrait toujours être accompagnée d'une consultation d'information-conseil qui consiste en une discussion approfondie sur les conséquences du test :

– Si le résultat est négatif, le conseiller informera la personne sur les modes de prévention du VIH et des MST afin de réduire les risques de contamination dans l'avenir. La discussion concernera les méthodes disponibles, mais aussi la situation personnelle de l'individu, ses soucis et attitudes qui peuvent déterminer le type et l'efficacité des méthodes proposées.

– Si le résultat est positif, le conseiller discutera alors avec la personne de ce qu'on vient d'énumérer ci-dessus afin qu'elle évite la contamination de son partenaire (ou de ses enfants) et également afin d'éviter une recontamination d'elle-même et de son partenaire car cela peut accélérer la progression de la maladie. Par ailleurs, la responsabilité du conseiller consiste à montrer à la personne séropositive de la compassion, un soutien et des conseils pratiques pour l'orienter vers des centres médicaux appropriés pour qu'elle puisse maîtriser le stress et l'angoisse et par conséquent, prendre des décisions toute seule. Un suivi est nécessaire pour établir un soutien, solide et efficace à long terme.

f) Lorsqu'il est impossible de faire un test de dépistage ou de rencontrer un conseiller :

Il faudrait discuter des risques à éviter avec une personne digne de foi, utiliser des préservatifs ou alors s'abstenir d'avoir des relations sexuelles, et éviter la grossesse.

24. Comment peut-on identifier une personne séropositive ?

– Il n'est pas possible de déterminer d'après l'apparence physique qu'une personne est séropositive parce que le virus peut rester dans le corps pendant des années sans déclencher de symptômes et de signes.

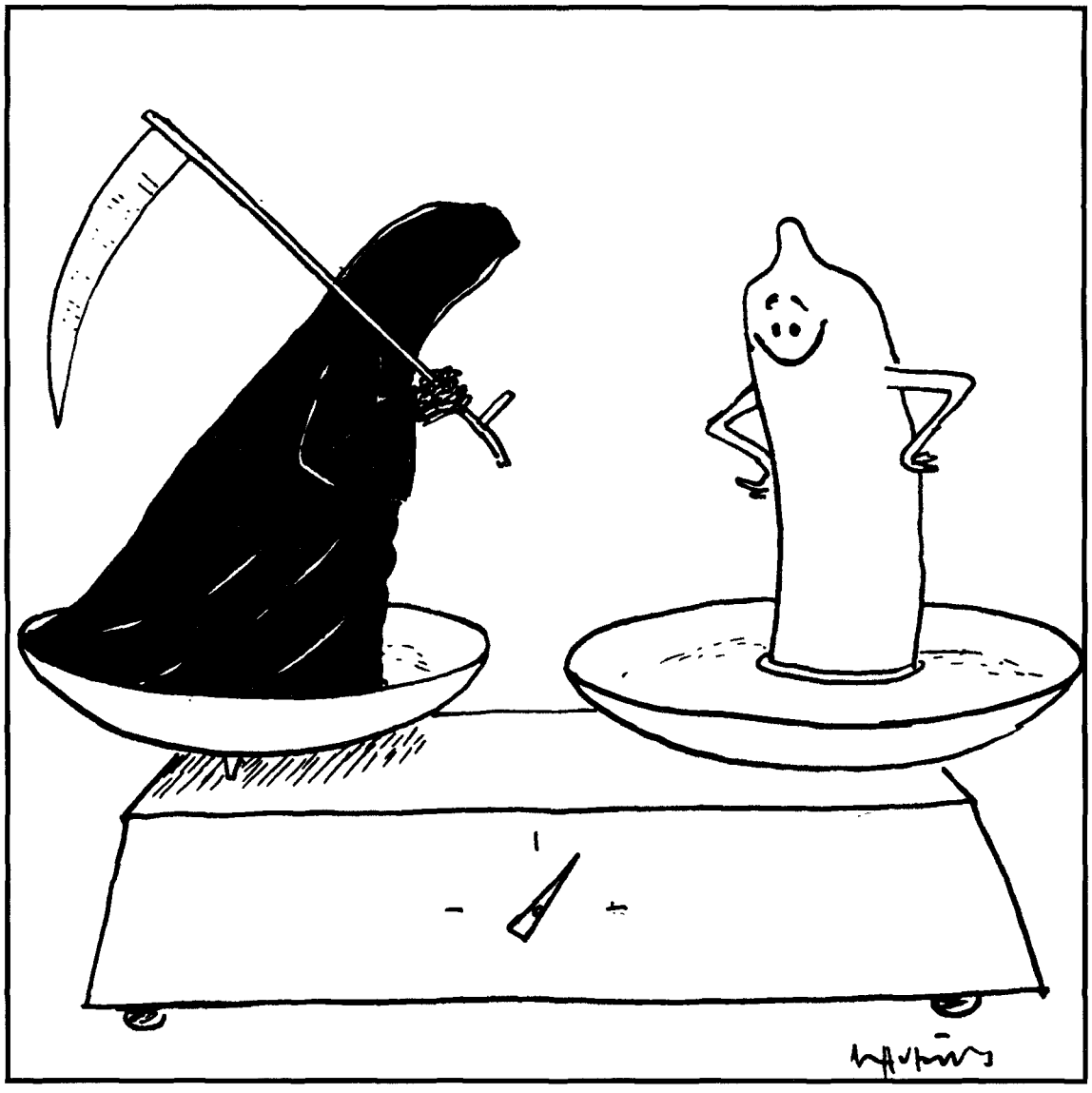
– Seule une analyse de sang effectuée après la « période de séroconversion » peut déterminer si une personne est contaminée par le VIH ou pas.

25. Que se passe-t-il si vous vivez dans l'entourage proche d'un malade du sida ?

Si vous habitez à proximité d'un malade du sida ou d'un séropositif, vous ne risquez pas d'être contaminé par le VIH. Vous pouvez vivre dans la même pièce qu'un malade du sida à condition de ne pas avoir de rapports sexuels avec lui et de prendre des précautions en manipulant des liquides biologiques, en particulier le sang.

UNITÉ 1

Connaissances de base sur le VIH, le sida et les MST



Unité 1 : Connaissances de base sur le VIH, le sida et les MST

Activités pour les élèves

1. Les questions de base sur le VIH, le sida et les MST, et leurs réponses 33
   Qu'est-ce que le VIH, le sida et les MST ?
2. Contrôle des connaissances sur le sida 34
   Test blanc sur le VIH, le sida et les MST
3. Que signifient le VIH, le sida et les MST ? 36
   Définitions du VIH, du sida et des MST
4. Comment contracte-t-on le VIH ? 38
   Informations sur la transmission
5. Tu ne risques pas d'attraper le virus du sida par... 40
   Voies par lesquelles le VIH ne se transmet pas
6. Quelle est ton opinion sur le sida ? 41
   Court test sur la transmission
7. Que ferais-tu ? 44
   Études de cas sur la transmission
8. Que risques-tu ? 46
   Évaluation des comportements à risque
9. Cours-tu un risque ? (1re partie) 48
   Cours-tu un risque ? (2e partie) 50
   Cours-tu un risque ? (3e partie) 51
   Évaluation des comportements à risque et des risques cumulés
10. Se protéger contre le sida 52
    Fiche d'information sur la protection
11. Cher docteur 53
    Lettres sur la protection
12. Qu'est-ce qui est plus sûr ? 55
    Évaluation des moyens de protection
13. Que se passe-t-il lorsqu'il y a contamination par le VIH ? 56
    Information sur les signes et les symptômes
14. Comment sais-tu si tu as le VIH/sida ? 58
    Études de cas sur les signes et les symptômes
15. Le test de dépistage anti-VIH 60
    Informations de base sur le test
16. Contrôle de connaissances : Que sais-tu sur le dépistage ? 61
    Court test sur le dépistage du VIH
17. Les sources d'aide. Qui ? Où ? 62
    Où trouver de l'aide
18. Toi dans le rôle d'un médecin 63
    Études de cas sur la consommation de drogues
19. Es-tu une personne responsable ? 64
    Questions sur les intentions de comportement relevant de la responsabilité personnelle

Les questions de base sur le VIH, le sida et les MST, et leurs réponses

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 1

Objet

Présenter des informations de base sur le VIH/sida et les MST. Il faut que les élèves se familiarisent avec les termes qui vont être employés dans la suite du programme et comprennent ce qui fait pour eux l'importance du programme. Les enseignants se feront une idée nette du niveau de connaissances de leurs élèves, de leurs attitudes et éventuellement de certaines de leurs peurs.

Rôle de l'enseignant

Il y a plusieurs manières possibles d'organiser cette leçon.

1. Distribuer une feuille d'activité par élève, lire les questions et les réponses et fournir un complément d'explications sur les mots nouveaux.

2. Huit élèves posent chacun une question et l'enseignant répond à chaque question en donnant la réponse juste.

3. Laisser en blanc la réponse à chaque question et demander aux élèves de donner leurs réponses par écrit dans les blancs. Cette démarche est applicable individuellement, par groupes ou comme activité de la classe.

4. L'enseignant pourra lire les questions une par une en demandant aux élèves de donner les réponses.

Indications complémentaires

Attendez-vous à ce que des questions supplémentaires soient posées par les élèves au cours de cette activité. Il est donc important que vous lisiez dans ce guide les questions sur le VIH/sida et les MST.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 2

Contrôle des connaissances sur le sida

Objet

Ce test peut être administré comme activité en soi ou à titre de révision de l'activité 1 (unité 1). Il permet de faire une rapide évaluation de ce que les élèves savent déjà du VIH/sida et des MST.

Rôle de l'enseignant

1. Lire le « Pourquoi? » et le « Comment ? » aux élèves.

2. Décider du mode d'administration du test.

   a) Donner à chaque élève un exemplaire du test.

   b) Lire les questions aux élèves et leur demander d'écrire les réponses. Expliciter les notes qu'ils auront obtenues.

   c) Diviser la classe en deux équipes – en choisissant dans chaque équipe un élève chargé de donner les réponses justes – et donner les questions paires à l'une et les questions impaires à l'autre. Donner aux deux équipes le temps de trouver ce qu'elles croient être les réponses justes. Faire pour chaque équipe l'addition des notes obtenues ; vous pouvez alors examiner avec vos élèves la signification des notes (voir Activités pour les élèves).

   d) Vous assurer que les élèves corrigent dans leurs fascicules toutes les réponses fausses.

3. Donner aux élèves les réponses indiquées ci-après.

   1) Faux Le sida est un ensemble de maladies qui envahissent le corps parce que le VIH détruit peu à peu ses défenses (le système immunitaire) ; le sida est causé par le VIH.

   2) Faux C'est le VIH qui détériore le système immunitaire du corps.

   3) Vrai Il faudra peut-être un certain temps pour mettre au point un remède. Certains médicaments peuvent faciliter la prévention des infections opportunistes.

   4) Vrai La plupart des gens qui ont le sida meurent dans un délai de six mois à deux ans après l'apparition du sida.

   5) Faux Les MST sont des maladies sexuellement transmissibles, c'est-à-dire des maladies qui sont transmises par l'activité sexuelle.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 2

6) ***Vrai*** Beaucoup de gens sont porteurs du VIH ou d'une autre MST sans le savoir. Hélas, alors, à leur insu ils peuvent contaminer quelqu'un d'autre. Certaines MST peuvent provoquer de gros dégâts si elles ne sont pas soignées.

7) ***Faux*** Comme ces maladies sont transmises par les rapports sexuels ou par l'utilisation d'aiguilles souillées, on peut leur barrer la route en se protégeant. Ces modalités seront abordées à un stade ultérieur du programme.

8) ***Vrai*** Il y a plus de 20 MST ; la gonorrhée est une des MST les plus répandues parmi les jeunes.

9) ***Faux*** Les femmes sont physiologiquement un peu plus vulnérables que les hommes à l'infection par le VIH. Les femmes sont contaminées plus jeunes que les hommes. Cela est dû, en partie, au fait que beaucoup de femmes jeunes se marient ou ont des rapports sexuels avec des hommes plus âgés qu'elles qui ont déjà eu un certain nombre de partenaires et, en partie, à leur vulnérabilité biologique.

10) ***Faux*** N'importe qui peut contracter le VIH/sida ou les MST.

Indications complémentaires

En abordant les réponses, attendez-vous à devoir répondre à des questions supplémentaires.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 3

Que signifient le VIH, le sida et les MST ?

Objet

Les élèves doivent se familiariser avec les termes de base et comprendre la gravité de ces maladies pour être prêts à aborder la suite du cours.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Chaque élève reçoit un exemplaire de la feuille d'activité et obéit aux instructions données.

   b) L'enseignant lit le récit (A) et inscrit les définitions (B) au tableau. Les élèves choisissent les définitions justes dans B et les inscrivent à l'endroit approprié en C. Les phrases inachevées sont également écrites au tableau pour que les élèves les complètent.

2. Donner les réponses justes correspondant à chaque définition :

   Sida = maladie qui se déclare ...
   VIH = virus qui ...
   MST = maladies qui sont ...
   Gonorrhée = type de MST ...

3. Après chaque définition, donner un complément d'informations comme ci-dessous.

- **Le sida est une maladie grave parce que :**
  - il n'y a pas de vaccin ;
  - il n'y a pas de remède ;
  - n'importe qui peut contracter le virus (même les jeunes) ;
  - tous ceux qui ont le sida sont voués à une mort à peu près certaine ;
  - ce sont souvent des jeunes qui auraient autrement de nombreuses années à vivre.

- **A la suite de la définition du VIH, dites aux élèves que :**
  - la plupart des gens qui ont le VIH ne présentent aucun signe qui l'indique ;
  - à la différence de beaucoup d'autres maladies, le VIH n'est pas véhiculé par l'air, l'eau ou les aliments – on le contracte par contact sexuel ou partage d'aiguilles et de seringues non stérilisées ;
  - le VIH ne vit pas très longtemps en dehors du corps ;
  - il n'est pas transporté par des animaux ou des insectes.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 3

- **Les MST sont des maladies graves parce que :**
  - elles peuvent détériorer les organes de procréation ;
  - elles peuvent entraîner la stérilité (incapacité d'avoir des enfants) ;
  - elles peuvent provoquer le cancer, des lésions cardiaques et cérébrales et même la mort.

- **A la suite de la définition des MST, dites aux élèves que :**
  - le VIH/sida est une MST, au même titre que la gonorrhée (dites le nom local ou argotique de la gonorrhée) ;
  - vous devez consulter le dispensaire si vous ressentez des douleurs dans les organes génitaux ou en urinant, si vous avez des ulcères dans la région génitale ou des écoulements inhabituels du vagin ou du pénis ;
  - on guérit la plupart des MST.

4. Demandez aux élèves leurs réponses aux phrases inachevées.

   Vous pourrez terminer le cours en leur demandant de compléter : « Aujourd'hui, j'ai appris en classe que ... »
   Veillez à donner une rétroinformation positive à chaque bonne réponse qui sera proposée par les élèves.

5. Mettez à la disposition des élèves une boîte en carton portant l'inscription « Cher maître » dans laquelle ils pourront déposer leurs questions. Ne leur faites pas signer les questions. Lisez-les et amenez les réponses au cours suivant.

Indications complémentaires

Il se peut que l'enseignant ait à chercher les réponses aux questions des élèves. Cela doit se faire après la classe. Pour répondre à toutes les questions, il faudra peut-être vous adresser à d'autres sources, comme les praticiens du dispensaire ou de l'hôpital. Si vous n'avez pu trouver de réponse à des questions très difficiles, ne craignez pas de l'admettre. N'avancez pas de réponses hasardeuses – assurez-vous que toute réponse est exacte.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 4

Comment attrape-t-on le VIH ?*

* (le virus qui provoque le sida)

Objet **Illustrer les trois voies de transmission du VIH.**

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée :

   a) Distribution de la feuille d'activité : un exemplaire par élève ; l'enseignant lit les informations. Il pose des questions et/ou donne des précisions sur chacune des voies de transmission.

   b) S'il n'y a qu'un exemplaire de la feuille d'activité, l'enseignant lira les informations et posera des questions et/ou donnera des précisions sur chaque voie de transmission.

2. Les questions à clarifier peuvent être notamment :

   • Le VIH est propagé par les rapports sexuels.

   a) Quels sont d'autres exemples de MST ?
   Chlamydia, gonorrhée, verrues sur les organes génitaux, herpès.

   b) Quels fluides du système de reproduction masculin peuvent contenir le VIH ?
   Le sperme.

   c) Quels fluides du système de reproduction féminin peuvent contenir le VIH ?
   Les sécrétions vaginales, le sang menstruel.

   d) Par où le VIH présent dans ces fluides pénètre-t-il dans le corps de la personne ?
   A travers les muqueuses qui bordent le vagin, le pénis, l'anus (rectum).

   • Le VIH est transmis par le sang contaminé.

   a) Comment peut-il y avoir du sang dans les aiguilles ou les seringues ?
   Sang resté dans l'aiguille ou la seringue lors d'une injection antérieure faite à une autre personne.

   b) Quelles substances les gens injectent–ils dans leur corps ?
   Des drogues – héroïne, cocaïne, speed, stéroïdes.

   c) Pourquoi des instruments non stérilisés contiendraient-ils du sang, p. ex. en cas de perçage d'oreille ?
   Sang resté dans une aiguille ou sur un instrument qui a servi à pratiquer une coupure, un perçage.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 4

- Le VIH se transmet d'une mère infectée à son enfant à naître ou nouveau-né.

a) Comment les bébés contractent-ils le VIH ?
Par le sang de la mère, pendant la grossesse ou au moment de l'accouchement ; plus rarement, par le lait de la mère qui les allaite.

b) Que peut-on faire pour empêcher que cela arrive ?
Une femme qui est séropositive doit demander conseil et/ou aller consulter un conseiller, s'agissant pour elle d'éviter d'être enceinte.

Que peuvent faire les parents ? (si l'on utilise un guide des parents)

Qu'ils lisent la fiche d'informations sur la façon dont une personne peut être contaminée par le VIH, ou demandez à un enfant de lire la feuille d'activité aux parents. L'enfant pourra donner des précisions en réponse aux questions suscitées par les informations.

Indications complémentaires

Les enseignants doivent être prêts à répondre à des questions supplémentaires sur la transmission, surtout s'il n'y a pas d'activités de suivi sur la transmission.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 5

Tu ne risques pas d'attraper le virus du sida par ...

Objet

S'il faut savoir quelles sont les voies de transmission du VIH, il est tout aussi important de connaître les voies par lesquelles il ne se transmet pas. Cela permet de réduire les peurs irrationnelles suscitées par la maladie.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer la feuille d'activité aux élèves et leur demander de remplir les réponses aux 12 images. Lire avec les élèves les informations portées par la feuille.

   b) Répartir les élèves en groupes restreints. Distribuer une feuille d'activité à chaque groupe. Ses membres rédigent les réponses du groupe aux 12 questions.

2. Discuter des réponses justes. Ce sont les suivantes :

   1) serrer la main
   2) tousser, éternuer
   3) embrasser sur la joue
   4) serrer dans ses bras
   5) utiliser un téléphone ou boire à une fontaine publique
   6) utiliser des toilettes
   7) piqûre de moustique ou morsure de tout autre insecte
   8) manger ou boire dans la même assiette ou le même verre qu'une personne contaminée par le VIH
   9) nager ou se baigner
   10) partager un autobus bondé
   11) s'occuper d'animaux de compagnie ou autres bêtes
   12) porter les vêtements de quelqu'un d'autre

3. Demander aux élèves s'ils voient d'autres actes de la vie courante qui, à leur avis, ne sont pas susceptibles de transmettre le VIH. Ceux-ci pourraient être : se tenir par la main, donner son sang, partager une serviette de toilette ou un peigne, aller à l'école avec quelqu'un qui est séropositif ou le toucher.

Que peuvent faire les parents ? (si l'on utilise un guide des parents)

Les parents pourront remplir les 12 réponses correspondant aux images du guide des parents. Parents et élèves pourront effectuer l'activité ensemble.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 6

Quelle est ton opinion sur le sida ?

Objet

Consolider ce qui a été appris sur les voies de transmission et de non-transmission du VIH.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer la feuille d'activité aux élèves et leur demander de répondre aux questions seuls ou avec un partenaire.

   b) Former des groupes restreints et donner cinq questions à chaque groupe. Le groupe qui aura le plus de réponses justes sera le gagnant.

   c) Constituer deux équipes ayant chacune un capitaine. Par exemple, les garçons contre les filles si la classe est mixte. Les capitaines donnent les réponses après consultation de leurs équipiers. Une équipe traite les nombres pairs, l'autre les impairs. Inscrire le score au tableau.

   d) Lire les questions aux élèves ; ils doivent répondre par « vrai » ou par « faux ». Avec les méthodes *c*) ou *d*), il n'est pas nécessaire de distribuer une feuille par élève.

2. Donner aux élèves les réponses justes. Ce sont les suivantes.

   1) Faux Le VIH ne peut pas survivre dans l'air et ne se transmet donc pas par une poignée de mains.

   2) Vrai Le fait est que le mode de propagation du VIH le plus courant est celui qui consiste à avoir des rapports sexuels avec un partenaire porteur du VIH.

   3) Vrai Le virus du sida peut se transmettre de la mère à l'enfant pendant la grossesse ou lors de l'accouchement.

   4) Faux Les professionnels qui recueillent les dons de sang utilisent des aiguilles neuves et propres pour prélever le sang des donneurs. Donner du sang ne présente aucun danger. Ne donnez pas votre sang si vous avez le sida ou avez eu des conduites à risque.

   5) Faux Là encore, le VIH ne vit pas dans l'air et ne se transmet pas par la peau (sauf en cas d'effraction cutanée – piqûre, coupure, peau abîmée).

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 6

6) Faux Il n'y a pas de cas connu de transmission du VIH par le baiser. S'il est vrai qu'on a trouvé le virus dans de la salive, il n'a été signalé aucun cas de membres d'une famille contaminés par des malades du sida dont ils s'occupaient, pour les avoir embrassés, serrés dans leurs bras ou avoir partagé leurs couverts. Ce serait possible dans le cas de deux partenaires ayant des lésions ouvertes dans la bouche qui échangeraient un baiser profond.

7) Vrai Si le sang de quelqu'un qui a le VIH est transmis à une autre personne qui ne l'a pas, celle-ci court un grand risque d'être contaminée. Cela arrive surtout à des gens qui réutilisent sans les avoir nettoyés (stérilisés) des aiguilles et des seringues ou des instruments tranchants servant pour des tatouages, des perçages d'oreille ou de nez, des circoncisions, etc.

8) Vrai Il y a de nombreux cas de transmission du VIH par des consommateurs de drogues injectables qui partagent des aiguilles et des seringues non stérilisées.

9) Faux Lorsque la maladie en était à ses débuts, on comptait plus d'hommes que de femmes malades du sida, mais à présent les femmes sont contaminées par le VIH dans les mêmes proportions que les hommes. Qui plus est, les femmes sont biologiquement plus vulnérables que les hommes à l'infection par le VIH.

10) Faux Le virus du sida ne vit pas dans l'air et ne peut être transmis de peau à peau (sauf en cas d'effraction cutanée).

11) Faux Le VIH ne se contracte pas à la piscine, dans les douches ou en buvant de l'eau aux fontaines publiques.

12) Faux N'importe qui peut contracter le VIH/sida.

13) Faux Une personne peut être infectée par le VIH, ne pas le savoir et paraître en parfaite santé. Pendant ce temps, cette personne contaminée peut en contaminer d'autres.

14) Faux Si les instruments à couper ou percer ne sont pas stérilisés avant d'être réutilisés, le sang resté sur ces instruments peut transmettre le VIH en cas de partage.

15) Faux Les préservatifs réutilisés peuvent être porteurs du VIH, ont plus facilement tendance à se rompre et sont plus difficiles à mettre en place convenablement. On ne doit jamais réutiliser un préservatif.

16) Vrai Bien évidemment, plus on a de partenaires sexuels, plus on a de risques d'être en contact avec quelqu'un qui a le VIH.

17) Vrai Il n'y a eu aucun cas de transmission de cette manière, même chez des gens qui s'occupent de malades du sida.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 6

18) Faux Étant donné que ces instruments peuvent porter des traces de sang, ils pourraient éventuellement transmettre le VIH. Même si le risque d'infection est extrêmement faible, il est donc déconseillé de partager une brosse à dents.

19) Faux Il est vrai qu'il n'y a pas beaucoup de jeunes qui ont le sida mais il ne faut pas oublier que le VIH peut demeurer dans le corps jusqu'à 10 ans et plus sans le moindre signe ou symptôme. Dès lors, une personne infectée à l'âge de 15 ans peut parfaitement ne pas avoir le sida avant 25 ans.

20) Vrai Le virus étant présent dans le sang, le sang menstruel d'une femme infectée contient le VIH et peut le transmettre à travers n'importe quelle lésion ouverte ou muqueuse de son partenaire. Et surtout, une femme qui a ses règles risque davantage de contracter le VIH lors de rapports sexuels.

Que peuvent faire les parents ? (si l'on utilise un guide des parents)

Cette activité peut être incorporée au guide des parents sous la rubrique « tests blancs ». Les parents peuvent faire le test seuls ou avec leur enfant qui leur lit les questions et les aide à trouver les réponses.

Indications complémentaires

Les enseignants doivent s'attendre à être questionnés par leurs élèves quand ils leur donnent les réponses aux questions appelant une réponse « vrai » ou « faux ». N'oubliez pas de lire les indications de ce guide sur les questions que posent les jeunes.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 7

Que ferais-tu ?

Objet

Les anecdotes sur le style de vie des gens, les risques de contamination par le VIH auxquels ils s'exposent et ce qu'ils peuvent faire pour empêcher sa propagation sont un moyen efficace de donner aux élèves une description des situations à risque qui soit en prise sur le réel.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Donner à tous les élèves une feuille d'activité et leur demander de suivre les instructions.

   b) Lire toutes les histoires aux élèves ; leur poser les questions figurant sous chaque histoire et inscrire le « continuum » de risques au tableau. Demander à divers élèves de mettre le nom du personnage sur le continuum là où se situe à leur avis le risque qu'il court (il suffit d'une feuille d'activité).

   c) Diviser la classe en trois groupes ayant chacun son chef. Donner à chaque chef de groupe une histoire qu'il lira au reste du groupe. Le groupe répondra ensuite aux questions et parviendra à un consensus sur le type de risque que court le personnage de son histoire face au VIH/sida et aux MST. Le chef de groupe fera un compte rendu des réponses (trois feuilles d'activité suffiront ou tirer trois histoires d'une feuille d'activité).

2. Passer aux réponses avec les élèves. Des réponses possibles sont indiquées ci-après.

- **Histoire 1**

a) Qu'est-ce que Natombie pourrait dire à sa mère sur la transmission du VIH ?
Il pourrait dire qu'il n'y a aucun risque qu'il attrape le VIH/sida parce qu'il ne se transmet qu'à travers des rapports sexuels non protégés et par des aiguilles, seringues ou autres instruments souillés par du sang.

b) Faut-il qu'il abandonne son emploi ? Pourquoi (oui ou non) ?
Non. En fait, ce serait bien dommage qu'il le fasse car il n'y a aucun risque qu'il contracte le VIH/sida et il perdrait de l'argent qui est bien utile.

c) Risque de contracter le VIH. (« continuum »)

X		
Risque nul	**Risque faible**	**Haut risque**

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 7

- **Histoire 2**

a) Pensez-vous qu'il doive continuer à aller à l'école ? Pourquoi le devrait-il ou ne le devrait-il pas ?
Oui, il devrait continuer à aller à l'école parce qu'il se sent suffisamment bien et parce qu'il ne peut pas transmettre le VIH à d'autres élèves.

b) Doit-il en parler à quelqu'un ? Qui ? Pourquoi ?
C'est l'affaire de Haiwa, mais il est probable qu'un responsable scolaire devrait être mis au courant afin que, s'il tombe malade, l'école l'aide à obtenir les soins dont il a besoin. Il devrait se faire conseiller pour déterminer s'il doit en parler à d'autres à l'école.

c) Comment réagiriez-vous s'il vous en parlait ?
Chaque élève vous donnera sa réponse à cette question mais vous devriez les encourager tous à soutenir Haiwa et à l'aider chaque fois qu'il en aura besoin.

d) Risque d'attraper le VIH.

	X	
Risque nul	**Risque faible**	**Haut risque**

- **Histoire 3**

a) Que devriez-vous dire à Maria ? Pourquoi ?
Vous devriez lui dire la vérité – à savoir que, étant donné que le VIH se transmet par les rapports sexuels, si Roberto a eu (comme vous le soupçonnez) des rapports sexuels avec d'autres, elle ferait bien 1) de ne pas avoir de rapports sexuels avec Roberto et 2) d'utiliser un préservatif si elle doit en avoir.

b) Quel risque courrait Maria d'attraper le VIH si elle avait des rapports sexuels avec Roberto ?
S'ils utilisent un préservatif comme il se doit ou s'ils n'emploient aucun moyen de protection.

	avec un préservatif	sans protection
	X	**X**
Risque nul	**Risque faible**	**Haut risque**

Indications complémentaires

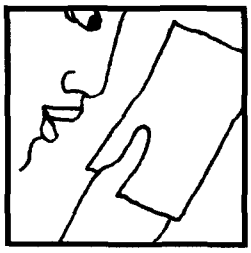
Soyez attentif au fait que certains de vos élèves peuvent se trouver dans des situations voisines de celles qu'exposent les récits de cette activité. Vous pourrez peut-être rappeler aux élèves que vous êtes à leur disposition après la classe pour un entretien avec ceux qui voudraient en privé vous poser des questions ou vous faire part de leurs préoccupations.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 8

Que risques-tu ?

Objet

Les élèves auront l'occasion de se familiariser avec les comportements à risque en les classant en trois catégories : risque nul, risque faible, haut risque. Ils ont également besoin d'apprécier leur degré personnel de vulnérabilité sur la base de leurs propres comportements à risque.



Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail à employer.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves et les inviter à suivre les instructions (il faudra peut-être fournir quelques précisions sur les trois catégories de risque).

   b) Écrire chaque activité au tableau et demander aux élèves d'en discuter. Puis, inscrire : RN, RF, HR en regard de chaque activité (pas de feuilles à distribuer). Tracer au tableau le continuum correspondant à « Quel risque cours-tu ? » de sorte que les élèves puissent visualiser l'emplacement où ils doivent inscrire leur « X ». NE PAS LES LAISSER ÉCRIRE LEURS RÉPONSES SUR LE PAPIER OU AU TABLEAU.

   c) Former deux équipes et sélectionner deux capitaines (élèves-relais) – à chacun desquels vous donnerez une feuille. L'équipe 1 sera chargée des questions 1 à 8, l'équipe 2 des questions 9 à 16. Les capitaines lisent chaque activité à leur équipe et la font voter ; l'équipe gagnante est celle qui a le plus de réponses justes. Faire tracer par les élèves sur une feuille de papier le continuum correspondant à « Quel risque cours-tu ? » et repérer le point où ils se situent. Ne pas les laisser y inscrire leur « X » : leur demandez de le mettre à sa place par la pensée.

2. Donner aux élèves les réponses justes, et s'assurer qu'ils les inscrivent bien sur leurs feuilles. Ce sont :

   1) ***RN*** Utiliser des toilettes publiques

   2) ***RN*** Toucher ou réconforter quelqu'un qui vit avec le sida

   3) ***HR*** Avoir des rapports sexuels sans préservatif

   4) ***RF*** Avoir des rapports sexuels oraux-génitaux (sans sperme dans la bouche)

   5) ***RN*** Embrasser sur la joue

   6) ***HR*** Avoir des rapports sexuels en utilisant plus d'une fois le même préservatif

7) ***HR*** Partager des aiguilles pour s'injecter de la drogue

8) ***RN*** Nager avec une personne qui est séropositive

9) ***HR*** Partager des aiguilles pour un perçage d'oreille ou un tatouage

10) ***RN*** S'abstenir d'avoir des relations sexuelles

11) ***RN*** Aller à l'école avec une personne infectée par le VIH

12) ***HR*** S'entailler la peau avec un couteau qui a servi à d'autres

13) ***RN*** Être piqué par un moustique

14) ***RN*** Donner son sang

15) ***RF*** Avoir des rapports sexuels en utilisant correctement un préservatif

16) ***RN*** Manger des aliments préparés par une personne infectée par le VIH

3. Les réponses au questionnaire « Que risques-tu ? » relèvent de la vie privée et n'ont pas à faire l'objet de discussions.

Que peuvent faire les parents ? (si l'on utilise un guide des parents)

Examiner l'activité avec leur enfant (si chaque enfant dispose de sa propre feuille d'activité).

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 9

Cours-tu un risque ? (1re partie)

Objet

Apprendre aux élèves à identifier les comportements à risque en examinant diverses activités pour qu'ils puissent calculer les risques qu'ils encourent en fonction de leur propre comportement.

Rôle de l'enseignant

1. Répartir la classe en petits groupes (six à douze élèves de préférence) en désignant un chef de groupe (il sera chargé des rapports à la classe, d'animer le groupe et de le motiver).
2. Donner à chaque groupe une liste de six comportements ou actions (en utilisant plusieurs fois les mêmes listes si vous avez plus de six groupes).
3. Lire la section « Comment ? » à tous les étudiants et leur expliquer comment se propage le VIH et les quatre niveaux de risques (à partir de la feuille d'activités).
4. Demander ensuite à chaque groupe de déterminer le niveau de risque correspondant à chacun des six comportements ou actions. Poser également les « questions de l'enseignant » à chaque groupe.
5. Inscrire les quatre niveaux de risque au tableau noir en laissant assez d'espace pour que les élèves puissent écrire les nombres correspondant aux divers comportements ou actions (voir exemple ci-après) ou reportez-vous à la liste de la page suivante des 36 comportements ou actions en demandant à chaque groupe d'inscrire ses conclusions.

Risque nul (RN)	**Risque faible (RF)**	**Haut risque (HR)**	**Désaccord (?)**
Comportements/actions	Comportements/actions	Comportements/actions	Comportements/actions
numéro	numéro	numéro	numéro

6. Passer en revue chaque comportement ou type d'action quand les élèves auront fini d'écrire au tableau. Essayer de classer les activités sur lesquelles il n'y a pas eu d'accord.

Les réponses figurent à la page suivante. S'il subsiste un doute concernant certains types de comportements ou actions qui vous paraît justifié, n'hésitez pas à les inscrire dans plus d'une catégorie. Il faudra peut-être préciser par exemple que le facteur de risque des rapports oraux-génitaux est beaucoup plus faible s'il n'y a pas d'éjaculation dans la bouche.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 9

7. Demander aux élèves d'inscrire le facteur de risque correct pour chacune des 36 activités sur leurs feuilles d'activités (si elles ont été distribuées à tous les élèves).

Groupe 1
RN 1. Contact étroit de deux corps vêtus.
HR 2. Partager le même rasoir pour se raser les jambes ou le visage.
HR 3. Avoir des rapports sexuels avec un préservatif – en cas de rupture du préservatif.
RN 4. Massage corporel.
RN 5. S'asseoir dans le bus à côté d'une personne séropositive.
HR 6. Se couper avec un couteau utilisé par d'autres.

Groupe 2
RN 1. Utiliser des toilettes publiques.
HR 2. Partager la même aiguille pour s'injecter de la drogue.
RN 3. Être piqué par un moustique.
RN 4. S'embrasser.
HR 5. Avoir des rapports sexuels avec pénétration vaginale sans préservatif.
HR 6. Nettoyer du sang de personnes séropositives sans porter de gants.

Groupe 3
HR 1. Pénétration anale sans préservatif.
RN 2. Abstinence sexuelle.
HR 3. Partager des aiguilles pour se percer les oreilles.
RN 4. Serrer la main d'une personne séropositive.
FR 5. Rapports oraux-génitaux (sans sperme dans la bouche).
RN 6. Nager avec une personne séropositive.

Groupe 4
HR 1. Se faire tatouer avec les mêmes aiguilles.
RN 2. Emprunter les vêtements d'une personne séropositive.
RN 3. Donner son sang.
RN 4. Manger de la nourriture préparée par une personne séropositive.
HR 5. Avoir des relations sexuelles avec plusieurs partenaires sans préservatif.
RN 6. Aller à l'école avec une personne séropositive.

Groupe 5
RN 1. Boire aux fontaines publiques.
FR 2. Faire du bouche-à-bouche de réanimation sans plaie dans la bouche.
HR 3. Avoir des relations sexuelles non protégées avec une personne infectée par une MST.
RN 4. Faire du sport avec une personne séropositive.
HR 5. Partager une aiguille nettoyée à l'eau.
RN 6. Être à côté d'une personne séropositive qui tousse ou éternue.

Groupe 6
HR 1. Être mordu par une personne séropositive.
FR 2. Baiser profond.
FR 3. Avoir des relations sexuelles avec un préservatif convenablement utilisé.
RN 4. Emprunter la serviette d'une personne séropositive.
RN 5. Toucher ou s'occuper d'un malade du sida.
HR 6. Avoir des relations sexuelles en utilisant plusieurs fois le même préservatif.

8. Commentez les réponses aux « questions de l'enseignant ».

Certains jeunes ont très peur du VIH et du sida.

***a*) Pourquoi croyez-vous qu'ils ont si peur ?**

- ils sont mal informés ;
- c'est une maladie incurable et mortelle ;
- ils ne savent pas comment cela se transmet ;
- ils ont pu avoir des comportements à risque.

***b*) Que faire pour empêcher cette peur ?**

- fournir une information plus fiable et plus précise ;
- parler à un médecin spécialiste ;
- faire le test de dépistage anti-VIH ;
- connaître les comportements à risque.

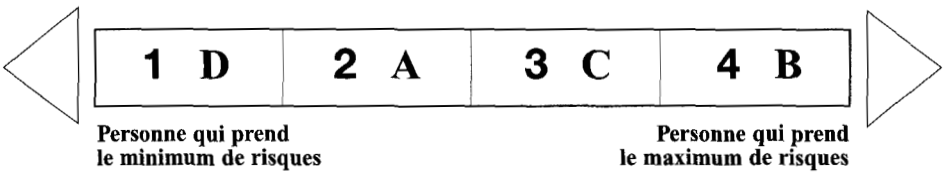
UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 9

Cours-tu un risque ? (2e partie)

Rôle de l'enseignant

1. Choisir une approche ; vous pouvez soit :
   a) Donner à chaque étudiant une feuille d'activité et veiller à ce qu'il se conforme aux instructions.
   b) Diviser la classe en petits groupes et nommer un animateur pour chaque groupe.
   c) Dessiner le diagramme au tableau et lire la description de chaque personne. Demander aux élèves de discuter entre eux ou au sein des groupes les comportements à risque de chaque personne, puis de les classer en fonction du degré croissant des risques encourus, de 1 à 4. Une seule feuille d'activité est nécessaire si on utilise *c*).

- Personne A : baisers profonds et contact éventuel avec les parties génitales.
- Personne B : rapports sexuels sans préservatif avec une personne qui s'est servie d'aiguilles non stérilisées et a eu des rapports sans préservatif avec des partenaires multiples.
- Personne C : perçage d'oreilles avec des aiguilles non stérilisées ; rapports sexuels avec préservatif.
- Personne D : aucun comportement à risque.



2. Commenter les réponses aux « questions de l'enseignant ».

Que doit faire la personne la plus exposée (B) pour réduire ses risques de contracter le VIH, ou une autre MST ?

Les réponses sont multiples : s'abstenir de rapports sexuels ; utiliser un préservatif ; demander à ses partenaires de faire un test ; éviter la pénétration lors des rapports sexuels, etc.

Indications complémentaires

C'est à vous de former les groupes. Il vaut mieux que ce soit l'enseignant qui le fasse plutôt que de laisser les élèves se compter. Chaque groupe ne doit pas excéder six personnes. Vous déciderez à l'avance qui sera l'animateur de chaque groupe.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 9

Cours-tu un risque ?
(3e partie)

Rôle de l'enseignant

1. Il est important que les jeunes réfléchissent à leur degré personnel de vulnérabilité et le visualisent. Dans cette troisième partie, le continuum, matérialisant le risque de gauche à droite, du risque nul au risque maximal, permet aux élèves de situer leur cas.
2. Demander aux élèves de penser à leurs activités comportant un risque et de se poser les questions suivantes. Combien d'activités à risque ? Quel est le degré du risque dans chacune ? Quelle est leur fréquence ? Se protègent-ils ? Se protègent-ils tout le temps ?
3. Après leur avoir accordé quelques minutes pour réfléchir à ces questions, leur demander de fixer le point du continuum où ils pensent se situer. Noter qu'ils ne peuvent pas se situer au milieu.
4. Si la classe que vous enseignez est assez jeune, le niveau de risque sera sans doute assez bas pour la majorité des élèves. C'est pourquoi il est important de les amener à réfléchir au point où ils pourraient se trouver dans cinq ans et à le visualiser. Vous pourriez poser les questions suivantes.

   Crois-tu que tu auras peut-être alors une relation amoureuse ? Penses-tu qu'elle puisse comporter des rapports sexuels ? Utiliseras-tu des préservatifs si c'est le cas ? Régulièrement ? Seras-tu ferme sur ce point et insisteras-tu pour les utiliser si ton partenaire n'en veut pas ? Est-il possible que tu t'injectes des drogues ? ... Demandez-leur alors de réfléchir à l'endroit où ils placeraient leur « X » et de le visualiser.
5. Cet exercice est très important parce que « l'intention comportementale » a souvent une influence sur ce que sera effectivement notre comportement ultérieur.
6. Discuter des réponses aux questions figurant sous « Questions de l'enseignant ».

   A quels autres moments de ta vie serait-il important que tu réfléchisses au risque que tu cours personnellement de contracter le VIH/sida ?
   Les meilleurs moments pour examiner les risques auxquels tu t'exposes sont ceux où tu décides de ton comportement sexuel ou vis-à-vis de la drogue.

Rôle des élèves-relais (si vous les faites intervenir)

Ils pourraient :
- Être les animateurs de chacun des groupes restreints de la 1re et de la 2e partie.
- Être chargés d'enregistrer et de rapporter les décisions des groupes restreints.
- Distribuer et ramasser les matériels.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 10

Se protéger contre le sida

Objet

Les jeunes doivent apprendre à se protéger du VIH et des MST. Cette activité vise à les informer et à les faire réfléchir sur certains comportements moins risqués en matière de rapports sexuels mais aussi en ce qui concerne l'utilisation d'aiguilles non stérilisées ou les risques de blessures accidentelles.

Rôle de l'enseignant

1. Lire le texte d'introduction.
2. Expliquer aux élèves le but de cette activité : savoir choisir entre 1, 2 et 3 quel est le comportement le moins à risque.
3. Donner les réponses aux étudiants :

   a) **Rapports sexuels**
   - *différer les premiers rapports sexuels ;*
   - *rester fidèle à un(une) partenaire fidèle et séronégatif(ve) ;*
   - *prendre ses précautions, utiliser un préservatif de façon correcte.*

   b) **Emploi d'aiguilles ou de seringues usagées ou non stérilisées (ou autre matériel d'injection)**
   - *toujours s'adresser pour les piqûres à un médecin, une clinique ou un hôpital qui utilisent du matériel stérilisé ;*
   - *utiliser du matériel neuf ou désinfecté (stérilisé ou bouilli) si vous devez utiliser une aiguille ou une seringue pour une injection ;*
   - *si vous ne disposez que d'aiguilles et de seringues usagées, les nettoyer avec du détergent ; on peut aussi faire bouillir les aiguilles et les seringues en verre (voir section 7 du manuel) ;*
   - *renoncer aux drogues injectables.*

   c) **Éviter les contacts de sang**
   - *refuser les entailles rituelles de la peau, sauf en utilisant votre rasoir propre ;*
   - *n'utiliser et n'accepter que du matériel stérilisé pour les tatouages, le perçage des oreilles ou la circoncision ;*
   - *éviter de partager les brosses à dents (très faible risque de contact entre le sang de deux personnes).*

Indications complémentaires

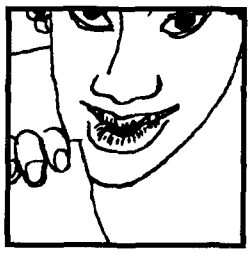
Les enseignants doivent savoir comment on se sert d'un préservatif et comment on nettoie une aiguille et une seringue (instruction dans ce guide). Parler de l'utilisation du préservatif exige du tact et de la prudence, surtout si votre communauté s'oppose à une discussion sur ce point ou à la propagande auprès des jeunes en faveur du préservatif.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 11

Cher docteur

Objet

La profession médicale est considérée comme une source sûre d'informations sur le VIH/sida et les MST. Les lettres au « cher docteur » sont pour les élèves l'occasion d'un jeu qui leur fait tenir le rôle d'un professionnel de la santé et comparer leurs conseils à ceux d'un authentique médecin.



Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.
   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves et leur demander de rédiger une ou plusieurs lettres chacun.
   b) Répartir les élèves en plusieurs groupes restreints et donner une lettre à chaque groupe. Faire rédiger à chaque groupe une ou plusieurs des lettres.
   c) Lire la lettre aux élèves et les faire discuter d'une réponse ou la rédiger seuls, à deux ou en groupe restreint. La « trousse du docteur » devra être écrite au tableau (cette méthode ne nécessite qu'une feuille d'activité).
2. Lire aux élèves le « pourquoi » et le « comment » de cette activité. Leur expliquer qu'ils vont écrire des réponses aux trois lettres comme s'ils étaient médecins (seuls, à deux ou en groupe restreint). Rappeler le thème aux élèves : la protection contre le VIH/sida.
3. Expliquer que leurs lettres seront comparées à des lettres qui ont été lues et approuvées par de vrais médecins spécialistes du VIH/sida et des MST. Leur dire que les jeunes donnent fréquemment de bonnes informations et que leurs lettres pourront être très utiles à d'autres.
4. Expliquer que le contenu de la « trousse du docteur » est à leur disposition pour les aider.
5. Demander à plusieurs élèves ou plusieurs groupes de lire leur première lettre. Puis, lire la lettre du vrai docteur (voir page suivante) et demander aux élèves de comparer les réponses. Procéder de la même manière pour les deux autres lettres.

Indications complémentaires

Il se peut que vous songiez à d'autres éléments susceptibles d'être placés dans la « trousse du docteur » qui s'appliqueraient mieux à votre communauté.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 11

Cher docteur

Vraies lettres de médecins

Chère Norah,

Tu as fait un premier pas important en m'écrivant cette lettre. J'espère que je pourrai t'aider. Laisse-moi d'abord te dire que tu devrais faire ce que tu crois être le mieux pour toi et ne pas laisser quelqu'un d'autre prendre cette décision à ta place. Si ton idée est de ne pas avoir de rapports sexuels à cette époque de ta vie, je crois que c'est une bonne chose. Souvent, si l'on peut retarder de quelques années le moment d'avoir des rapports sexuels, on prend ensuite de meilleures décisions et l'on se conduit de manière plus responsable pour éviter d'avoir une grossesse non désirée ou d'être contaminée par le VIH/sida et les MST. Il y a bien des manières de manifester de l'affection à ton petit ami sans aller jusqu'à avoir des rapports sexuels avec lui. Suggère-lui que tout le monde ne « le » fait pas et qu'il y a d'autres manières de se donner mutuellement de l'amour. Dis-lui en quelques-unes et demande-lui de te dire celles qu'il connaît peut-être. Tu devras peut-être faire preuve de fermeté avec ton petit ami pour l'amener à te comprendre. Rappelle-toi qu'un garçon qui ne t'écoute pas ou ne respecte pas tes sentiments ne mérite pas d'être ton ami.

Si tu décides d'avoir des rapports sexuels avec ton petit ami, il faut absolument qu'il utilise correctement un préservatif. S'il ne le souhaite pas ou ne veut pas en acheter, refuse les rapports sexuels. Rappelle-toi que le préservatif est le seul moyen de te protéger contre le VIH/sida et les MST.

Bien à toi, Docteur...

Cher Jean,

Permets-moi d'abord de te dire que la compassion et les soucis que t'inspire ton frère témoignent de beaucoup de gentillesse. Je crois qu'Alban a la chance d'avoir en toi un vrai frère. Alban a au moins trois problèmes. D'abord, en se servant d'un couteau dont la lame portait du sang de quelqu'un d'autre, il peut avoir été infecté par le VIH. Deuxièmement, puisqu'il pense avoir une MST, je présume qu'il a eu des rapports sexuels avec quelqu'un. S'il a contracté une MST, le risque de contamination par le VIH en est accru et, comme il n'a utilisé aucune protection en ayant des rapports sexuels, il peut avoir transmis sa MST et peut-être le VIH à d'autres. Troisièmement, le fait qu'il ne dorme pas beaucoup, qu'il se nourrisse mal et qu'il fume entraîne un affaiblissement des défenses de son corps contre les microbes. Je crois que tu devrais parler tout de suite à Alban pour l'inciter à se rendre chez un médecin, au dispensaire ou à l'hôpital. Dis-lui que tu prendras le rendez-vous et que tu l'accompagneras. J'espère que ces quelques indications t'aideront.

Bien à toi, Docteur...

Chère Allana,

J'ai l'impression que tu te fais beaucoup de souci ; j'espère pouvoir t'aider. Parfois, l'inquiétude que nous inspire notre situation nous paralyse. Souvent, nos inquiétudes sont sans fondement car il n'y a pas de problème. Il faut que tu te fasses faire un examen de contrôle chez un médecin, dans un dispensaire ou dans un hôpital. Si tu trouves cela difficile, fais-toi accompagner par une amie ou un adulte. Avoir une amie ou un adulte à qui parler est une chose très importante. Si tu as un problème de santé, tu recevras de l'aide et des conseils. Si tu n'as pas de problème, et il y a de bonnes chances pour que ce soit le cas, tu devrais faire une des deux choses suivantes. Sans doute serait-il bon que tu n'aies plus de rapports sexuels avant d'y être prête. Cependant, si tu continues à en avoir, tu devrais envisager de réduire le nombre de tes partenaires sexuels et veiller à ce qu'ils utilisent comme il se doit des préservatifs qui te protégeront de la grossesse et de la contamination par le VIH/sida et les MST. Bonne chance.

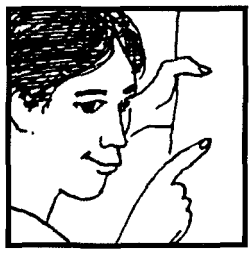
Bien à toi, Docteur...

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 12

Qu'est-ce qui est plus sûr ?

Objet

Les élèves doivent savoir comment se protéger mais ils doivent aussi savoir que certains moyens de protection sont plus efficaces que d'autres.



Rôle de l'enseignant

1. Choix de la méthode de travail :
   a) Distribuer les feuilles d'activité et demander aux élèves d'exécuter les instructions seuls, par deux ou par petits groupes.
   b) Inscrire les différentes activités au tableau et discuter les réponses avec l'ensemble des élèves ou demander à chacun d'écrire ses commentaires sur une feuille qu'on fera circuler.
   c) Répartir les élèves en petits groupes et distribuer une feuille à chaque groupe.
2. Lire et commenter chacune des méthodes de « protection contre le VIH et les MST ».
3. Expliquer le « comment » de cette activité en donnant éventuellement un exemple au tableau.
4. Demander aux élèves de classer les différentes méthodes de protection avec les problèmes éventuels qu'elles posent.
5. Confronter leurs conclusions avec les solutions correctes de la liste ci-dessous.

SÉCURITÉ MAXIMALE

Méthode	Problèmes
Abstinence :	Règle de vie difficile à observer
Baisers, caresses, etc. :	Risqué uniquement s'il y a échange de sang, de sécrétions vaginales ou de sperme
Préservatif :	S'il est mal utilisé, risque de rupture
Partenaire unique :	Votre partenaire est peut-être déjà contaminé sans le savoir ; il doit être fidèle à 100 %
Expérience passée :	Beaucoup de gens mentent sur leur vie sexuelle ou répugnent à dire toute la vérité
Nombre réduit de partenaires :	Un rapport avec un seul partenaire séropositif suffit pour être infecté par le VIH
Faire le test :	Les deux partenaires doivent faire le test ; vous pouvez être contaminé (en étant infidèle par exemple) après avoir fait le test ; un seul test n'est pas probant

RISQUE MAXIMAL

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 13

Que se passe-t-il lorsqu'il y a contamination par le VIH ?

Objet

Les élèves doivent être informés de ce qui se passe pendant la période de séroconversion, la période d'incubation du sida, le temps qui s'écoule entre l'apparition du sida et la mort, et savoir quels sont les signes et les symptômes du VIH/sida.

Rôle de l'enseignant

1. Distribuer un exemplaire de cette feuille d'information à tous les élèves ou écrire les informations au tableau.

2. Poser aux élèves les questions suivantes.

   - Quelle est la durée de la période de séroconversion ?
     En général de 2 à 12 semaines ; parfois davantage chez certains individus.
   - Qu'est-ce qui n'est pas présent dans le sang pendant cette période ?
     Les anticorps pour combattre le VIH, virus du sida.
   - Que se passera-t-il si l'on subit le test de dépistage pendant cette période ?
     Le test sera négatif parce qu'il recherche les anticorps contre le virus du sida, lesquels ne se sont pas encore formés ; la période de séroconversion s'achève quand il y a assez d'anticorps dans le sang pour que le test puisse les détecter.
   - Est-on contaminant (capable de transmettre le VIH à d'autres) pendant la période de séroconversion ?
     Pendant la période de séroconversion, on peut être très contaminant, et risquer d'infecter les autres.
   - Comment l'infection peut-elle être transmise aux autres ?
     Par le sang, le sperme ou les sécrétions vaginales ou de la mère à l'enfant.
   - Quels symptômes risque de présenter une personne dans les premières semaines de son infection par le VIH ?
     Immédiatement après l'infection, il peut y avoir des symptômes semblables à ceux de la grippe, notamment de la fièvre et des glanglions enflés. Certaines personnes ont de la fièvre, des glanglions enflés, mal à la gorge, des éruptions sur la peau ou d'autres symptômes dans les jours ou les semaines qui suivent l'infection.
   - Quel laps de temps peut s'écouler entre l'infection et l'apparition du sida ?
     Il est très variable d'une personne à l'autre ; il peut ne pas excéder six mois et aller jusqu'à dix ans et plus.
   - Quels signes et symptômes observe-t-on pendant cet intervalle de temps ?
     Les gens vivent en général une période asymptomatique de plusieurs années, durant laquelle

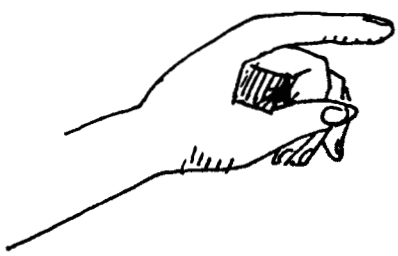
UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 13

ils auront tout au plus des ganglions enflés. Puis, ils peuvent voir apparaître des symptômes tels qu'un muguet dans la bouche et des sueurs nocturnes. Il peut alors falloir encore des années avant qu'ils ne développent un sida avéré.

- La personne est-elle contaminante pendant cette période ?
  Oui, son VIH peut être transmis à d'autres.
- Combien de temps une personne peut-elle espérer vivre à partir du moment où elle a le sida ?
  C'est variable ; approximativement, de six mois à deux ans ou plus.
- Quels sont les symptômes du sida ?
  Importante perte de poids, toux persistante, fièvre ou diarrhée et bien d'autres encore. Ils sont très variables d'une personne à l'autre.
- Les malades du sida sont-ils contaminants ?
  Oui. A partir du moment où une personne a été infectée par le VIH, qu'elle présente ou non des symptômes, elle peut transmettre le VIH.
- Quelles sont les voies par lesquelles l'infection ne peut être transmise ?
  Serrer quelqu'un dans ses bras, le toucher, partager verres et assiettes, les W.C., les insectes, etc.

Que peuvent faire les parents ? (si l'on utilise un guide des parents)

Cette activité figure dans le guide des parents sous la rubrique « Feuilles d'information ». Les élèves pourront expliquer à leurs parents les différentes parties de l'activité.



Indications complémentaires

- Les enseignants doivent être bien informés de la progression qui a lieu entre l'infection par le VIH et le sida. Il conviendra de réviser les questions et les réponses ci-dessus avant d'entreprendre l'activité avec les élèves.
- Cette activité peut susciter une certaine inquiétude chez les élèves. L'enseignant doit être prêt à indiquer des sources d'aide aux élèves qui pourraient lui faire part de leurs préoccupations.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 14

Comment sais-tu si tu as le VIH/sida ?

Objet

Il est important que les élèves sachent qu'une personne infectée par le VIH :

- **peut ne présenter aucun signe ou symptôme pendant longtemps**
- **peut contaminer les autres pendant ce temps**
- **devient progressivement de plus en plus malade et finit par mourir**

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer à tous les élèves une feuille d'activité et leur demander d'effectuer l'activité seuls ou par deux, suivant les instructions de la feuille.

   b) Lire les trois histoires aux élèves et leur poser les questions qui leur font suite (cette méthode ne nécessite qu'une feuille d'activité pour toute la classe).

   c) Diviser la classe en groupes restreints qui liront chacun une histoire et les questions qui lui font suite (nécessite une feuille par groupe).

2. Revoir les informations de l'activité 13 – unité 1.

3. Aborder les questions qui suivent chaque histoire. Voir les réponses ci-dessous.

- **Histoire 1**

Questions	Réponses
1) Comment Roberto a-t-il été contaminé ?	*Il a utilisé des aiguilles non stérilisées pour s'injecter de la cocaïne.*
2) Comment Carmencita a-t-elle été contaminée ?	*Par des rapports sexuels non protégés.*
3) Pourquoi Carmencita n'a-t-elle pas de symptômes ?	*Les séropositifs peuvent ne pas avoir de symptômes pendant des années.*
4) Combien de temps peut s'écouler avant qu'elle ait le sida ?	*Cela peut arriver dans dix ans ou plus comme dans six mois.*
5) Que devrait faire maintenant Carmencita ?	*Elle devrait s'enquérir des moyens d'être soutenue, notamment par des conseils sur son mode de vie et son comportement sexuel.*

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 14

- **Histoire 2**

Questions	Réponses
1) Comment José a-t-il été contaminé ?	*Rapports sexuels sans préservatif ; partenaires multiples.*
2) Pourquoi a-t-il ces symptômes ?	*Ce sont souvent les premiers symptômes du sida.*
3) Peut-il transmettre le sida à d'autres ? Comment ?	*Oui. En ayant des rapports sexuels non protégés, en partageant des aiguilles et des seringues souillées.*
4) Que va-t-il probablement se passer ensuite ?	*Il va probablement être de plus en plus malade.*

- **Histoire 3**

Questions	Réponses
1) Pourquoi soupçonnerais-tu Georgina d'avoir le sida ?	*Elle a beaucoup de symptômes du sida.*
2) Que devrait-elle faire pour savoir si elle est infectée par le VIH ?	*Subir le test de dépistage, voir un médecin ou une infirmière.*
3) Vers quel âge est-il possible que Georgina ait été contaminée par le sida ?	*A partir de l'âge de 14 ans environ.*
4) Si elle a été contaminée à cet âge, pendant combien de temps a-t-elle été contaminante (capable de transmettre le VIH) ?	*Onze ans au plus.*
5) Quels symptômes présente Georgina ?	*Fièvre, sueurs, glanglions enflés, toux, mal de gorge, douleurs d'estomac, perte de poids.*
6) Qu'est-ce qui risque de lui arriver ensuite ?	*Elle va probablement mourir.*

Indications complémentaires

- Veillez à bien réviser les réponses aux questions (ci-dessus).
- Cette activité risque encore de susciter des angoisses chez les élèves. L'enseignant devrait être prêt à écouter et à indiquer des sources d'aide si nécessaire.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 15

Le test de dépistage anti-VIH

Objet

Certains élèves peuvent avoir besoin d'informations de base sur le test de dépistage.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Faire lire les questions de Marie par un élève-relais ou un élève. L'enseignant donne les réponses du Dr Matago.

   b) L'enseignant lit les questions et les réponses ou essaie d'obtenir les réponses de la bouche des élèves.

   c) Deux élèves ou élèves-relais lisent les questions et les réponses.

2. Une pause devra être observée après chaque question suivie de sa réponse afin de permettre aux élèves de poser des questions supplémentaires.

3. Le test de suivi (activité 16) devra être administré aux élèves pour contrôler leurs connaissances (s'il reste assez de temps).

Indications complémentaires

- Il est important que vous lisiez l'article intitulé « Quand faut-il faire un test de dépistage du VIH ? » qui figure à la section 7 de ce guide.
- L'enseignant devra être prêt à répondre aux questions concernant les lieux où le test peut être effectué et ses modalités dans les environs immédiats ou ce qu'il faut faire s'il n'y a pas de moyens accessibles d'obtenir des conseils et/ou de subir le test.

Contrôle des connaissances : Que sais-tu sur le dépistage ?

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES
16

Objet

Cette activité aidera les élèves à mémoriser les informations et à comprendre les concepts liés au test de dépistage.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

a) Distribuer à tous les élèves une feuille d'activité et leur demander d'effectuer le test individuellement ou en petits groupes.
b) Écrire la colonne B au tableau et lire chaque énoncé de la colonne A. Demander aux élèves de sélectionner la réponse juste (une seule feuille suffit).
c) Écrire les colonnes A et B au tableau et faire effectuer l'activité par les élèves, seuls ou en groupes restreints (une seule feuille suffit).

Nota : pour chacune des activités ci-dessus, il est possible de diviser la classe en deux équipes ou plus et de les faire concourir.

2. Discuter des réponses (indiquées ci-dessous).

	Réponses
Le nombre de fois que vous avez besoin de subir le test en trois mois est :	***G*** *- deux fois*
Le test est exact à :	***I*** *- 99 %*
Il est important de subir le test pour que vous puissiez :	***J*** *- aviser vos partenaires /* ***F*** *- ne pas contaminer les autres*
Il est également important de subir le test pour que vous ayez la volonté :	***F*** *- de ne pas contaminer les autres /* ***J*** *- d'aviser vos partenaires*
Le test de dépistage le plus courant s'appelle :	***D*** *- « ELISA »*
Lorsque personne d'autre n'est mis au courant du test, cela signifie qu'il est :	***H*** *- confidentiel*
Si vous avez le virus du sida, vous recevrez :	***A*** *- conseil et assistance*
Vous pouvez subir le test de dépistage à :	***C*** *- dispensaire ou hôpital*
Le test de dépistage recherche :	***E*** *- des anticorps*
Pour obtenir le résultat vous devrez probablement :	***B*** *- revenir plus tard*

Indications complémentaires

Assurez-vous de bien connaître les réponses avant d'administrer le test.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 17

Les sources d'aide. Qui ? Où ?

Amis, enseignant ou conseiller, famille, responsables religieux, dispensaire, centre de soins ou de traitement des MST, ligne téléphonique SIDA (appel gratuit), si elle existe.

Objet

Les informations concernant les sources d'aide en matière de VIH/sida et de MST sont essentielles pour les jeunes. Certains élèves peuvent développer un syndrome de panique et avoir besoin d'aide et de conseils.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Transmettre la feuille d'activité à tous les élèves et les faire travailler seuls, par deux ou en groupes restreints pour fournir les réponses aux quatre situations.

   b) Lire chaque situation aux élèves et leur poser les questions. S'ils ignorent les réponses, leur fournir les informations.

Nota : dans certains cas, la réponse sera la même pour les quatre situations.

2. Prenez soin, avant d'effectuer cette activité, d'identifier les sources d'aide dans votre communauté.

Indications complémentaires

S'il n'y a pas de sources d'aide dans votre communauté, veillez à en localiser ailleurs (soit la source d'aide la plus proche, des personnes informées dans la communauté).

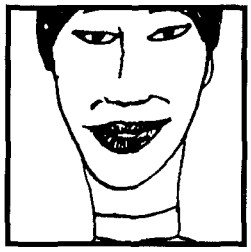
UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 18

Toi dans le rôle d'un médecin

Objet

Les informations sur la consommation de drogue et la toxicomanie et leurs rapports avec le VIH/sida sont importantes. Les sujets de discussion suivants seront abordés :

- **toxicomanie et altération du jugement**
- **s'abstenir de s'injecter des drogues**
- **utilisation de seringues propres pour s'injecter des drogues**
- **méthodes de stérilisation des seringues souillées**



Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer à tous les élèves une feuille d'activité et leur demander de donner, seuls, par deux ou en groupes restreints, des conseils s'appliquant à une ou plusieurs des quatre situations.
   b) Lire chaque situation et demander aux élèves de donner un conseil (et sa justification) puisé dans la trousse du docteur dont le contenu est écrit au tableau (une seule feuille d'activité suffit).
   c) Diviser la classe en petits groupes et donner à chaque groupe une ou plusieurs situations au sujet desquelles formuler un conseil (il suffit d'une feuille d'activité par groupe).

2. Faire lire à voix haute par les élèves les conseils qu'ils donnent pour chaque situation et en discuter. Des exemples de conseils appropriés sont indiqués ci-dessous.

- **Situation 1**

  ***a*) Conseil :** Ne consomme pas de drogues ou d'alcool, ils obscurcissent ton jugement.
  b*) *Justification : *Tu pourrais prendre une décision qui te conduirait à être enceinte ou être contaminée par le VIH ou des MST.*

- **Situation 2**

  ***a*) Conseil :** Si tu dois consommer de la drogue, procure-toi des aiguilles et des seringues propres (neuves).
  b*) *Justification : *Les aiguilles et seringues déjà utilisées contiennent encore de petites quantités de sang, qui peuvent contenir le VIH.*

- **Situation 3**

  ***a*) Conseil :** Ne t'injecte jamais de drogues.
  b*) *Justification : *Elles peuvent nuire à ta santé et tu risques d'attraper le VIH et des MST.*

- **Situation 4**

  ***a*) Conseil :** Si tu dois t'injecter de la drogue, nettoie les aiguilles à l'eau de javel et à l'eau.
  b*) *Justification : *L'aiguille souillée contient du sang qui peut contenir le VIH.*

3. Les élèves doivent savoir comment nettoyer les aiguilles et les seringues. La manière de procéder est indiquée à la section « questions » de ce guide.

UNITÉ 1
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 19

Es-tu une personne responsable ?

Objet

Pour résumer cette unité, un certain nombre de questions sont posées aux élèves au sujet de leur comportement et de leurs intentions comportementales. Les intentions comportementales peuvent être de bons facteurs de motivation en vue de l'adoption ultérieure du comportement souhaité.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves et leur demander d'effectuer l'activité seuls.

   b) Lire à voix haute chaque question et demander aux élèves d'inscrire 3 pour répondre oui (d'accord), 1 pour incertain et 0 pour non (pas d'accord). Il suffit d'une feuille d'activité.

   c) Écrire les questions au tableau et demander aux élèves d'effectuer l'activité seuls (une seule feuille d'activité suffit).

2. Les élèves additionneront les points pour obtenir leur note totale et l'appelleront leur « note de responsabilité ».

Oui	=	3 points
Incertain	=	1 point
Non	=	0 point

Note de responsabilité

33 - 36 points	Très responsable	**24 - 26 points**	Pas très responsable
30 - 33 points	Responsable	**0 - 24 points**	Tu prends des risques ! Tu ferais peut-être bien d'y regarder à deux fois
27 - 29 points	Passablement responsable		

Indications complémentaires

Présentez cette activité en disant aux élèves qu'elle a un caractère privé (confidentiel) et que les notes de chacun ne seront pas montrées à l'enseignant ou aux autres élèves (sauf si l'élève lui-même les dévoile).

UNITÉ 2

Comportement responsable : différer les rapports sexuels

Unité 2 : Comportement responsable : différer les rapports sexuels

Activités pour les élèves

1. Les raisons pour dire NON 67
   Raisons de différer les rapports sexuels
2. Différer ou non les rapports sexuels *a)* 68
   Différer ou non les rapports sexuels *b)* 68
   Étude de cas – Rapports sexuels : le pour et le contre
3. Réparties pour des répliques 69
   Résister à ceux qui insistent pour qu'on ait avec eux des rapports sexuels
4. Conseils pour retarder l'activité sexuelle 71
   Soutenir ceux qui entendent différer leurs rapports sexuels
5. Que faire ? 72
   Études de cas pour aider ceux qui souhaitent différer leur activité sexuelle
6. L'affection sans rapports sexuels ? 74
   D'autres moyens d'expression que les rapports sexuels
7. Quelle est la prochaine étape ? 76
   Classer les comportements
8. Suis-je capable de m'affirmer ? 78
   Définition des comportements passifs, agressifs et d'affirmation de soi
9. Qui est capable de s'affirmer ? 80
   Études de cas – Types de comportements
10. Arguments pour résister aux pressions de l'entourage 82
    Les quatre étapes du processus d'affirmation de soi
11. Arguments collectifs pour résister aux pressions de l'entourage 83
    Les quatre étapes du processus d'affirmation de soi (collectif)
12. Arguments personnels pour résister aux pressions de l'entourage 84
    Les quatre étapes du processus d'affirmation de soi
13. Ne pas se laisser influencer 85
    Comment refuser, temporiser, négocier
14. Ne pas se laisser influencer 87
    Comment refuser, temporiser, négocier (activité collective)
15. Ne pas se laisser influencer 88
    Comment refuser, temporiser, négocier (activité personnelle)
16. A toi de décider 89
    Activité sur les différences de point de vue entre les sexes
17. Savoir faire face aux menaces et à la violence 90
    Étude de cas sur la violence dans les rendez-vous galants
18. Savoir s'affirmer quotidiennement 91
    Activité à poursuivre à la maison sur l'affirmation de soi

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 1

Les raisons pour dire NON

Objet

Il est important que les élèves connaissent un certain nombre de raisons de différer leurs premiers rapports sexuels.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer à tous les élèves une feuille d'activité de manière que chacun puisse l'effectuer.

   b) Écrire l'activité au tableau et la faire effectuer aux élèves sur une feuille de papier libre (il suffit d'une seule feuille d'activité).

2. Demander aux élèves de choisir les quatre raisons que les jeunes ont en général à leurs yeux pour différer les rapports sexuels.

3. Organiser un vote à main levée et discuter avec les élèves des trois ou quatre raisons principales justifiant le retardement des rapports sexuels. Vous pourriez éventuellement leur demander :

   a) Pourquoi ils placent en tête chacune de ces trois ou quatre raisons.

   b) S'ils pensent que leurs raisons pourraient changer avec l'âge, et comment.

   c) Laquelle des quatre serait la raison la meilleure ou la plus importante (faites-les voter encore une fois) et pourquoi.

Indications complémentaires

Suivant la communauté où vous vivez, il pourrait y avoir d'autres raisons de différer les rapports sexuels que celles qui sont énumérées dans cette activité. Si tel est le cas, il conviendra de les ajouter à la liste.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 2

Différer ou non les rapports sexuels *a*), *b*)

Objet

Il faut fournir aux élèves l'occasion d'explorer les raisons qu'ils peuvent avoir de différer ou de ne pas différer les rapports sexuels.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves de la classe et leur demander de suivre les instructions seuls, par deux ou en groupes restreints.

   b) Lire l'histoire de Stoli et Yarmella et demander aux élèves d'évaluer, pendant que vous lisez, chacune des raisons de dire « oui » avec la note 0 pour une mauvaise raison et 1 pour une bonne raison. Même chose pour les raisons de Stoli et celles de Yarmella de dire « non ». (Une seule feuille d'activité suffit).

2. Provoquer la discussion en posant les « questions de l'enseignant ». Vous aurez sans doute à faire voter la classe pour déterminer ses réponses à certaines des questions. Les réponses varient d'une personne à l'autre et d'une classe à l'autre.

Indications complémentaires

Essayez d'éviter de faire la morale ou de pousser les élèves à prendre une décision que vous jugez juste ou convenable. Une telle attitude suscite souvent la révolte chez les élèves et les incite à adopter la position opposée. Ils doivent prendre leurs propres décisions, en toute indépendance.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 3

Réparties pour des répliques

Objet

Les élèves ont besoin de s'entraîner à répondre aux arguments typiques qu'utilisent ceux qui veulent les inciter à avoir des rapports sexuels.

Rôle de l'enseignant

Notez qu'à chaque raison avancée pour ne pas avoir de rapports sexuels (dans les activités 1 et 2 de l'unité 2) correspond une réplique inventée pour persuader le(la) réticent(e) d'oublier ses motifs et de dire « oui » aux rapports sexuels.

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves pour qu'ils la remplissent, seuls, par deux ou en groupes restreints. Vous pourrez décider de diviser les élèves en deux groupes de façon que chaque groupe n'ait à traiter que 5 répliques.

   b) Écrire les 10 questions et dessiner les « bulles » des réponses au tableau. Discuter de la répartie à faire à chaque question et faites écrire la meilleure dans la « bulle » par un élève (il suffit d'une feuille d'activité). Il faut alors écrire au tableau la liste des « réparties possibles ».

   c) Diviser la classe en groupes restreints – donner 5 répliques à chaque groupe, qui devra décider de la meilleure répartie à donner à chacune (une feuille d'activité par groupe suffit).

2. Allonger à la liste des réparties possibles en demandant aux élèves de proposer des réparties qu'ils auraient entendues.

3. Placer la meilleure répartie à chaque réplique dans la « bulle » appropriée. Il pourra y avoir plus d'une bonne répartie.

4. Discussion ou jeu de rôle.

   a) Le meilleur moyen de répliquer – répartie verbale ou non verbale ?

   b) Voyez ce que donnent cinq ou six réparties en jeu de rôle, en faisant dire les répliques et les réparties par deux élèves. Parlez du jeu verbal et non verbal des acteurs.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 3

Rôle des élèves-relais

- Animer un groupe restreint.
- Dessiner les « bulles » au tableau (si c'est cette méthode qui est appliquée).
- Dire les répliques et donner les réparties dans le jeu de rôle.

Indications complémentaires

L'enseignant devra avoir décidé de la répartie qui convient pour chaque réplique avant d'entamer cette activité avec ses élèves.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 4

Conseils pour retarder l'activité sexuelle

Objet

Les élèves ont besoin de savoir qu'ils ne sont pas seuls face à la décision de différer les rapports sexuels. Ils ont aussi besoin de soutien pour prendre la décision de les reporter.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves et leur demander d'effectuer individuellement l'activité.
   b) Lire chaque « conseil pour différer les rapports sexuels » et demander aux élèves de noter « F » pour « facile à faire » et « D » pour « difficile à faire » (une feuille d'activité suffit).
   c) Écrire l'activité au tableau et demander aux élèves de l'effectuer individuellement (une feuille d'activité suffit).

2. Discussion sur les questions suivantes.

   a) Quels sont les conseils que les élèves jugent difficiles à suivre ? Pourquoi le sont-ils ? (Les réponses varieront d'un élève à l'autre).
   b) Lequel des conseils serait le meilleur à suivre pour éviter des rapports sexuels non désirés avec un ami ? (Les réponses peuvent désigner différents conseils).
   c) Quels conseils seraient les plus utiles à suivre pour choisir la personne avec qui sortir ? (Les réponses varieront d'un élève à l'autre).
   d) Quels conseils seraient les plus judicieux pour un premier rendez-vous amoureux ? (Les réponses pourront varier, mais les six premiers sont importants).
   e) Quels conseils suivrais-tu si tu ne voulais vraiment pas avoir une relation amoureuse à cette époque de ta vie ? (Le 1, le 7 et le 8 sont importants).

Indications complémentaires

Il est important de bien examiner les questions ci-dessus afin de déterminer quelles sont les réponses acceptables pour chacune.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 5

Que faire ?

Objet

Les élèves ont besoin de s'exercer à appliquer les conseils pour différer les rapports sexuels à partir d'exemples inspirés de situations observées dans la vie.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode à appliquer pour effectuer cette activité.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves et les faire travailler seuls, par deux ou en groupes restreints.

   b) Écrire au tableau la liste des « conseils pour différer les rapports sexuels », puis lire à haute voix chaque description de situation. Demander aux élèves de sélectionner (dans la liste au tableau) les trois meilleurs moyens d'aider la personne dans chaque situation (une feuille d'activité suffit).

   c) Diviser la classe en groupes restreints et distribuer une feuille à chaque groupe (une feuille d'activité par groupe suffira).

2. Donner les réponses correspondant à chaque situation. Elles pourront varier d'un groupe à l'autre et d'un élève à l'autre ; ce ne sont que des réponses proposées.

Nota : s'il vous faut davantage de temps pour effectuer cette activité, vous pouvez donner une seule situation à traiter à chaque groupe ou tiers de la classe.

- **Situation 1**
  Aide à Jeline

1) Décide jusqu'où tu veux « aller » (sur le plan sexuel) avant de te trouver dans une situation délicate.

2) Sois claire dès le début, en disant que tu ne veux pas avoir de rapports sexuels.

3) Décide de la limite de ta consommation d'alcool avant de te trouver dans une situation délicate.

- **Situation 2**
  Aide à Romain

1) Évite d'aller dans la chambre (ou la maison) de quelqu'un quand personne d'autre ne s'y trouve.

2) Sois clair dès le début, en disant que tu ne veux pas avoir de rapports sexuels.

3) Surveille tes sentiments ; quand une situation te met mal à l'aise, va-t'en.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 5

- **Situation 3**
  Aide à Nadino

1) N'accepte pas de cadeaux ou d'argent de gens que tu ne connais pas très bien.

2) Évite les lieux isolés où il n'y aurait personne pour t'aider.

3) Sois clair dès le début, en disant que tu ne veux pas avoir de rapports sexuels.

3. Demander aux élèves de choisir les trois conseils qui leur seraient personnellement les plus utiles (les réponses varieront d'un élève à l'autre).

Rôle des élèves-relais

- Écrire les activités au tableau (si c'est cette méthode qui est employée).
- Être l'animateur d'un groupe et son porte-parole devant la classe (si cette méthode est celle qui est employée).

Que peuvent faire les parents ? (si l'on utilise un guide des parents)

Les élèves pourront emmener cette activité à la maison et lire et(ou) discuter les situations et les réponses avec leurs parents (dans le cas où chaque élève reçoit une feuille d'activité).

Indications complémentaires

Avant d'aborder cette activité avec ses élèves, l'enseignant pourra éventuellement retenir d'autres réponses acceptables (que celles qui sont ici indiquées) pour chaque situation.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 6

L'affection sans rapports sexuels ?

Objet

Il n'est pas raisonnable d'attendre des jeunes qu'ils ne manifestent pas leur affection (physiquement et émotionnellement) pendant cette période de leur vie. Il est important d'indiquer d'autres moyens de s'exprimer à ceux qui désirent retarder le début de leur activité sexuelle.

Rôle de l'enseignant

Point délicat :

- **Les élèves suggéreront peut-être pendant cet exercice certaines activités physiques dont il risque d'être difficile de parler, p. ex. la fellation, la masturbation, le pelotage avec ou sans vêtements, les caresses avec ou sans vêtements.**
- **Soyez prêts à employer l'argot local avec vos élèves.**

1. Décider de la méthode à appliquer pour enseigner cette stratégie.

   a) Former avec les élèves des tandems ou des groupes restreints et distribuer une feuille d'activité à tous les tandems ou groupes.

   b) Inscrire l'activité au tableau et faire travailler les élèves en tandems ou en groupes restreints pour effectuer la tâche.

2. Aborder les façons de manifester l'affection.

   Demander aux élèves de passer en revue les façons de manifester de l'affection qui apparaissent dans le premier coeur. Puis, les faire discuter par deux ou en groupes restreints d'autres moyens d'exprimer l'affection. Leurs suggestions pourront être écrites au tableau et la classe discutera de la question de savoir si elles sont sûres et acceptables (il s'agit de ne pas exposer une personne au risque d'infection par le VIH/sida et les MST). Une fois l'accord acquis sur ce point, les élèves pourront écrire dans le second cœur les suggestions qu'ils retiennent pour manifester de l'affection sans rapports sexuels. Attendez-vous à dénombrer parmi les modes d'expression les plus physiques les témoignages d'affection suivants : poser la main sur l'épaule, s'embrasser, le baiser profond, se peloter tout habillés (au-dessous et au-dessus de la ceinture), la masturbation mutuelle, se caresser corps contre corps (avec ou sans vêtements), la fellation, etc. Les élèves emploieront peut-être d'autres termes pour indiquer ces modes d'expression physique de l'affection.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 6

3. Poser les questions suivantes :

a) **Pourquoi est-il important pour les jeunes de manifester leur affection sans rapports sexuels ?**

Cela est important parce que cela favorise une communication saine, réduit le risque d'infection par le VIH et les MST, réduit le risque de grossesse, développe le respect de soi et du partenaire, réduit le risque d'avoir des rapports sexuels non voulus.

b) **Est-il important de discuter de cette question avec un partenaire ? Que votre réponse soit « oui » ou « non », dites pourquoi.**

Oui, mais cela peut être gênant ou cela risque de mettre fin à une relation amoureuse.

c) **Qu'est-ce qui pourrait faciliter une telle discussion avec un partenaire ?**

Le respect, la confiance et l'ouverture chez l'un et l'autre ; si la discussion a lieu avant d'en arriver à un état d'intense émotion où se profilent des rapports sexuels.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 7

Quelle est la prochaine étape ?

Objet

Les manifestations physiques de l'affection peuvent être sexuellement très stimulantes. Plus une conduite est sexuellement stimulante, plus elle a de chances d'aboutir à des rapports sexuels. Il est très important pour les jeunes de fixer des limites et de savoir quand les faire connaître.

Vous pourrez éventuellement employer l'image de la montagne (voir activité pour les élèves 2.7) pour illustrer aux yeux des élèves l'idée que plus l'expression se fait physique, plus il devient difficile de s'arrêter. Dans cette image, l'excitation sexuelle apparaît comme un continuum allant du minimum au maximum d'expression physique ; on demande alors aux élèves de situer divers comportements sexuels à différents niveaux de ce continuum.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.
   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves et faites-les travailler seuls, par deux ou en groupes restreints.
   b) Écrire l'activité au tableau et faire discuter toute la classe pour déterminer où il convient de placer les divers comportements sexuels (une seule feuille d'activité suffit).
   c) Répartir les élèves en groupes restreints, donner une feuille d'activité à chaque groupe et faire effectuer l'activité à chacun d'eux.

2. Examiner les réponses à **l'ascension de la montagne**. Expliquer le concept aux élèves (voir encadré ci-dessus).
   1) Se tenir par la main – *Le moins physique*
   2) Se serrer dans les bras
   3) S'embrasser
   4) Baiser profond
   5) Caresser les seins et/ou les parties génitales à travers les vêtements
   6) Caresser les seins et/ou les organes génitaux sous les vêtements
   7) Étreinte corps contre corps sans vêtements – *Le plus physique avant les rapports sexuels*

3. Discuter des réponses aux « questions de l'enseignant ».

1) **Pourquoi est-il difficile d'interrompre un rapprochement physique ?**

La curiosité et le désir sexuel poussent le couple à franchir les étapes. Il est difficile de s'arrêter et sans nul doute de faire un pas en arrière.

2) **Est-il facile de revenir à une attitude plus sûre ? Pourquoi oui ou pourquoi non ?**

Pour la plupart des gens, il serait difficile de faire un pas en arrière. La force des pulsions sexuelles, la curiosité et le goût du risque poussent sans doute plus à continuer qu'à reculer.

3) **Où pensez-vous que se situe la limite ?**

Les réponses peuvent varier, mais il est difficile de s'arrêter à partir du 5e ou du 6e palier. Si les partenaires ont eu une discussion préalable et ont décidé de ne pas avoir de rapports sexuels, il y a moyen de fixer des limites.

4) **Qui doit décider où se situe la limite ? Quand faut-il fixer cette limite ?**

S'il y a désaccord, un des partenaires devra peut-être faire preuve de beaucoup de fermeté avec l'autre quant au point où ils doivent s'arrêter. Pour ce faire, le meilleur et le plus sûr moment se situe avant que l'excitation soit trop intense, mais on peut s'arrêter à tout moment si l'on est mal à l'aise.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 8

Suis-je capable de m'affirmer ?

Objet

Être capable de décrire et de reconnaître les aspects verbaux et non verbaux d'un comportement empreint d'assurance, de passivité ou d'agressivité est une première étape importante dans l'apprentissage de l'affirmation de soi.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer la feuille d'information à tous les élèves. Lire les mots et faire la démonstration, à l'aide du langage corporel, des aspects non verbaux de chaque comportement.

   b) Écrire au tableau les mots « Passif », « Agressif » et « Assuré » et demander aux élèves de décrire les caractéristiques verbales et non verbales des comportements correspondants. Les inscrire sous chaque type de comportement.

2. Vous pourrez éventuellement faire ou faire faire par des élèves la démonstration des aspects verbaux et non verbaux de chaque comportement – en vous servant des descriptions verbales et non verbales de la feuille d'activité.

3. Vous pourriez ajouter à votre leçon les points suivants :

Comportement passif	**Comportement assuré**	**Comportement agressif**
Sentiments passifs	***Sentiments d'assurance***	***Sentiments agressifs***
• impuissance	• satisfaction d'avoir fait ce qu'il fallait	• colère
• ressentiment	• confiance en soi	• frustration
• déception	• maîtrise de la situation	• amertume
• inquiétude	• sentiment d'être respecté	• culpabilité ou solitude après-coup
Conséquences de la passivité	***Conséquences de l'assurance***	***Conséquences de l'agressivité***
• tu n'obtiens pas ce que tu veux	• tu ne blesses personne	• tu es dominateur
• la colère monte	• tu acquiers le respect de toi-même	• tu es humiliant
• tu te sens seul	• tes droits et ceux des autres sont respectés	• tu gagnes aux dépens des autres
• tes droits sont violés	• chacun y gagne	

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 8

Rôle des élèves-relais

Les élèves-relais peuvent être très utiles pour suggérer des caractéristiques supplémentaires de ces trois types de comportement ; et pour en faire la démonstration.

Indications complémentaires

Organisez un jeu de rôle avec vos élèves-relais pour faire la démonstration de ces trois types de comportement.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 9

Qui est capable de s'affirmer ?

Objet

Une personne qui veut apprendre à s'affirmer doit savoir reconnaître dans la vie réelle les comportements empreints d'assurance, de passivité ou d'agressivité.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.
   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves et les faire travailler sur l'activité seuls, par deux ou en groupes restreints.
   b) Lire les deux histoires et demander aux élèves d'identifier les comportements des trois personnages qu'elles mettent en scène (une seule feuille d'activité suffit).
   c) Former des groupes d'élèves et distribuer une feuille d'activité par groupe.
2. Donner aux élèves les réponses aux questions concernant les trois personnages des histoires.

   • **Histoire 1**

Le comportement de Rob est :	Passif
Pourquoi ?	
Ce qui est dit ?	*« Je sais, tu vas penser que je suis fou ... ».* *« Bon, d'accord, j'irai ».*
Comment est-ce dit ?	*D'une voix douce ; à voix basse.*
Position du corps ?	*Tête basse ; tête pendante ; les yeux baissés ; soumis.*
Le comportement de Sulana est :	Agressif
Pourquoi ?	
Ce qui est dit ?	*« Tu es fou, et non seulement ça mais tu es aussi stupide ».*
Comment est-ce dit ?	*Elle l'interrompt ; parle fort.*
Position du corps ?	*Nez à nez ; les mains sur les hanches.*

   • **Histoire 2**

Le comportement de Taba est :	Assuré
Pourquoi ?	
Ce qui est dit ?	*« Pouvons-nous parler quelque part où nous serons seuls ? » (intimité) ; elle demande une réponse et tient compte des sentiments de l'autre.*
Comment est-ce dit	*Calmement mais fermement.*
Position du corps ?	*Assise droite ; elle regarde l'autre dans les yeux.*

3. S'il reste assez de temps, demandez aux élèves de traiter ces deux scènes en jeu de rôle.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 9

Rôle des élèves-relais

Les élèves-relais pourront :

- Travailler avec un petit groupe.
- Faire un jeu de rôle avec les deux histoires.
- Écrire au tableau.

Indications complémentaires

L'enseignant pourra éventuellement préparer les élèves-relais à traiter les deux situations en jeu de rôle.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 10

Arguments pour résister aux pressions de l'entourage

Objet

Il est important que les élèves apprennent les étapes spécifiques qui leur permettront de s'affirmer et s'y exercent sur le mode de la répétition comportementale.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.
   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves afin qu'ils puissent suivre les quatre étapes d'un « message de fermeté ».
   b) Écrire les quatre étapes au tableau avec « des mots que tu pourrais dire ». Puis, avec un élève (élève-relais) présentez en jeu de rôle la situation décrite (deux feuilles d'activité suffisent ici).

2. Expliquer aux élèves les quatre étapes et les mots qui pourraient y être employés. Préciser que les étapes 3 et 4 – demander à l'autre quel est son sentiment et remercier l'autre – sont une manière de respecter une personne tout en étant ferme avec elle.

3. Lire la situation à présenter en jeu de rôle et jouer avec un élève (élève-relais) la scène d'expression du langage de la fermeté. Soulignez que dans ce jeu de rôle la personne qui donne la réplique accepte le message de fermeté de l'autre.

Rôle des élèves-relais

Les élèves-relais devraient pouvoir :

- Aider l'enseignant dans le jeu de rôle en jouant la personne qui répond au message de fermeté.
- Écrire l'activité au tableau (si telle est la méthode employée).

Indications complémentaires

Il est important de s'exercer avec les élèves-relais ou d'autres élèves à exprimer ce message de fermeté avant d'en faire la démonstration aux élèves.

Arguments collectifs pour résister aux pressions de l'entourage

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 11

Objet

Élaborer un message de fermeté avec l'ensemble de la classe est un exercice qui permettra aux élèves d'élaborer plus facilement leur propre message de fermeté au cours de l'activité suivante.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer à tous les élèves une feuille d'activité et leur demander de remplir les « bulles » au fur et à mesure que le maître effectue l'activité avec l'ensemble de la classe.

   b) Écrire l'activité au tableau et remplir les « bulles » suivant les suggestions des élèves de la classe (une seule feuille d'activité suffit).

   c) Répartir les élèves en groupes restreints et donner à chaque groupe une feuille d'activité. Demander aux groupes de développer les idées de l'étape 1, puis demander à chaque groupe de présenter des suggestions. Sélectionner la meilleure suggestion et la faire inscrire par le secrétaire de chaque groupe dans la « bulle » de l'étape. Procéder de la même manière pour les étapes 2, 3 et 4.

2. Lire la situation décrite en haut de la page. Lire aussi l'étape 1.

3. Demander aux élèves quelles sont leurs suggestions pour la première « bulle ». Choisir la meilleure et la faire inscrire par les élèves sur leur feuille d'activité.

4. Procéder de même pour les étapes 2 et 3, pour la réponse de l'autre personne et pour l'étape 4.

5. Lorsque le message est prêt, faites-en l'objet d'un jeu de rôle en confiant le rôle d'Adula à un élève.

Rôle des élèves-relais

Les élèves-relais pourront :

- Assumer la responsabilité d'un groupe restreint.
- Traiter le message élaboré en jeu de rôle, avec l'enseignant ou un autre élève-relais pour partenaire.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 12

Arguments personnels pour résister aux pressions de l'entourage

Objet

L'occasion est donnée aux élèves d'élaborer leur propre message de fermeté et de s'exercer à l'assumer.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves de la classe et leur demander de rédiger, seuls ou (de préférence) à deux, un message de fermeté.

   b) Répartir les élèves en groupes restreints et distribuer une feuille d'activité par groupe.

2. Attribuer une situation (il y en a quatre) aux élèves, ou encore les laisser en choisir une eux-mêmes.

3. Leur demander de rédiger un message de fermeté correspondant à la situation.

4. *a*) Demander aux groupes de traiter en jeu de rôle les situations qui leur ont été attribuées ou qu'ils ont choisies.

   b) Demander à des volontaires de traiter leur texte en jeu de rôle devant la classe. Travaillez sur les aspects verbaux et non verbaux de leur message. Soyez très positif s'ils se sont portés volontaires.

Rôle des élèves-relais

Les élèves-relais pourront :

- Se porter volontaires pour traiter leur texte en jeu de rôle.
- Animer un groupe restreint (si le travail se fait en groupes restreints).

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 13

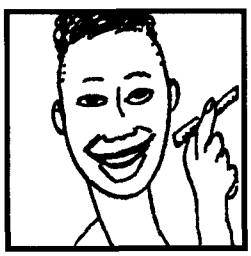
Ne pas se laisser influencer

Objet

Il est très important que les élèves apprennent à faire face avec fermeté aux gens qui tentent de détourner leur attention ou de faire pression sur eux en les persuadant de faire quelque chose qu'ils ne croient pas devoir faire.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.
   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves pour leur permettre de suivre pendant que vous exposerez chaque section.
   b) Lire les différentes parties de l'activité, en inscrivant au tableau les passages importants, à savoir les façons de « revenir au sujet » et de « refuser », « temporiser » ou « négocier ».
2. Lire « Façons dont les gens vous éloignent du message ou ne l'acceptent pas ». Traiter chaque réplique en jeu de rôle, p. ex. « Tu as peur, c'est tout ». Demandez aux élèves de donner d'autres répliques du genre de celle que vous avez lue.
3. Montrer aux élèves une manière de « revenir au sujet » s'ils en sont détournés. Leur demander d'en indiquer d'autres.
4. Montrer aux élèves des manières de « refuser », de « temporiser » et de « négocier ».



Rôle des élèves-relais

Les élèves-relais devraient pouvoir :

- Traiter en jeu de rôle les parties ou les répliques utilisées par l'enseignant dans son explication.
- Écrire l'activité au tableau.

Indications complémentaires

L'enseignant devra lire attentivement cette activité et prévoir la façon dont il pourra faire la démonstration de ses différentes sections.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 13

Ne pas se laisser influencer

Objet

Les élèves ont besoin de connaître les techniques d'expression d'un message de fermeté à l'adresse de quelqu'un qui essaie de détourner leur attention ou de les persuader de faire quelque chose contre leur volonté.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.
   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves de la classe. Ils suivront ainsi vos explications sur l'activité.
   b) Lire l'activité et inscrire ses passages les plus importants au tableau, par exemple, les réparties à employer pour refuser, temporiser et négocier.
2. Lire chaque étape et les déclarations et répliques de celui qui cherche à persuader. Après chaque étape, déclaration ou réplique, traiter en jeu de rôle les mots de la « bulle ». Par exemple, étape 1 – « Explique ce que tu ressens et le problème qui se pose : "J'ai peur à l'idée de monter en voiture avec toi au volant quand tu as bu" ».
3. A la fin de chaque étape, traiter une nouvelle fois en jeu de rôle l'ensemble du message de fermeté, en faisant jouer par un élève volontaire (élève-relais) le rôle du grand frère. Répéter trois fois le jeu de rôle, avec chaque fois une issue différente (refus, temporisation, négociation).

Rôle des élèves-relais

Les élèves-relais devraient pouvoir vous aider :

- En traitant la situation en jeu de rôle avec vous.
- En écrivant les informations au tableau.
- En expliquant les différentes issues (refus, temporisation et négociation).

Indications complémentaires

Il est très important de répéter ce texte avec un élève-relais ou un autre élève avant d'en jouer la représentation devant votre classe.

Ne pas se laisser influencer (activité collective)

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES
14

Objet

Un exemple de tentative de distraction et de persuasion facilite aux élèves la tâche d'apprendre à traiter ces problèmes et à élaborer leurs propres stratégies.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.
   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves et leur demander de remplir les « bulles » pendant que vous effectuez l'activité avec l'ensemble de la classe.
   b) Écrire l'activité au tableau et remplir les « bulles » à l'aide des suggestions de la classe (une seule feuille d'activité suffit).
   c) Répartir les élèves en groupes restreints et donner à chaque groupe une feuille d'activité. Faire travailler les groupes sur les idées de l'étape 1, puis demander à chaque groupe ses suggestions. Sélectionner la meilleure et faire inscrire cette étape dans la « bulle » correspondante par le secrétaire de chaque groupe. Procéder de la même manière avec les autres étapes et répliques de l'activité.
2. Lire la description de situation en haut de la page. Lire aussi l'étape 1 et les mots qui pourraient être employés.
3. Demander aux élèves leurs suggestions pour l'étape 1 et choisir la meilleure. Demander aux élèves de l'inscrire dans la première « bulle » de leur feuille d'activité.
4. Procéder de la même manière pour les étapes et répliques restantes.
5. Quand le message est achevé, le traiter trois fois en jeu de rôle avec un élève volontaire (élève-relais) en utilisant chaque fois une fin différente (refus, temporisation, négociation).
6. Discuter la question ; diverses réponses sont possibles.

Rôle des élèves-relais

Les élèves-relais devraient pouvoir :

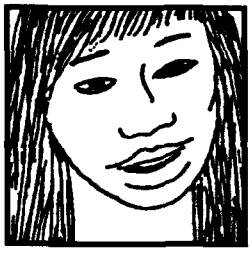
- Faire le jeu de rôle avec l'enseignant.
- Animer un groupe restreint.
- Écrire l'activité au tableau.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 15

Ne pas se laisser influencer (activité personnelle)

Objet

Les élèves apprennent comment traiter les discours faits pour détourner leur attention et comment réagir avec assurance aux pressions de quelqu'un qui cherche à leur faire faire quelque chose qu'ils ne veulent pas faire.



Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves de la classe et leur faire rédiger, seuls ou (de préférence) par deux, un message de fermeté à l'adresse d'une personne qui cherche à les distraire ou à les persuader.

   b) Répartir les élèves en petits groupes et distribuer une feuille d'activité par groupe.

2. Attribuer une situation (il y en a trois) aux élèves ou bien les laisser choisir celle qu'ils veulent.

3. Leur demander de rédiger un message de fermeté s'appliquant à la situation qu'ils ont choisie dans les « bulles » (comme dans l'activité collective).

4. Ils devront la lire pour eux-mêmes, la modifier et la lire encore une fois.

5. Dire aux élèves qu'ils seront peut-être invités à traiter leur situation en jeu de rôle devant la classe.

Rôle des élèves-relais

Les élèves-relais doivent pouvoir vous aider :

- En se portant volontaires pour traiter leur texte en jeu de rôle.
- En animant un groupe restreint (si le travail se fait en groupes).

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 16

A toi de décider

Objet

Les garçons et les jeunes hommes ont souvent des idées différentes de celles des filles et des jeunes femmes sur la question du retardement des rapports sexuels. Ce sont pour la plupart des idées très anciennes qu'il y a lieu de modifier.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves et leur demander d'effectuer l'activité seuls, par deux ou en groupes restreints.

   b) Lire chaque énoncé. Demander aux élèves d'indiquer s'ils sont ou ne sont pas d'accord (une seule feuille d'activité suffit).

   c) Répartir les élèves en groupes restreints et leur faire effectuer l'activité (il faut une feuille d'activité par groupe).

2. Vous aurez à expliquer aux élèves qu'ils doivent indiquer « d'accord » s'ils pensent que d'une manière générale l'énoncé est exact ou s'applique à leur cas personnel, et « pas d'accord » s'ils pensent que ce n'est pas la bonne manière de penser ou que l'idée est erronée ou mauvaise.

3. Puis, les élèves sont invités à transformer les anciens énoncés en de nouvelles déclarations qu'ils obtiendront en complétant les énoncés inachevés.

4. Quand les élèves auront terminé l'activité, vous devrez organiser une discussion de classe. La question « d'accord/pas d'accord » peut être tirée au clair par un vote à main levée. Demandez aux élèves de prendre l'initiative de proposer leurs réponses pour compléter les phrases inachevées.

5. Demandez aux élèves de proposer de nouveaux énoncés et choisissez celui qui recueille le plus de suffrages.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 17

Savoir faire face aux menaces et à la violence

Objet

Les femmes, plus particulièrement, doivent savoir qu'il existe des situations qui risquent d'aboutir à des violences sexuelles et des individus qui peuvent les y entraîner. Elles doivent aussi apprendre à éviter et à gérer les pressions et les menaces répondant à des mobiles sexuels.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.
   a) Distribuer à tous les élèves une feuille d'activité et les faire travailler seuls, par deux ou en groupes restreints.
   b) Lire l'histoire de Maria aux élèves et leur poser les « questions de l'enseignant ».
   c) Constituer des groupes restreints et distribuer à chaque groupe une feuille d'activité qui servira pour la discussion.
2. Discuter des questions avec les élèves. Des réponses possibles sont proposées ci-dessous.
   1) **Penses-tu que Maria aurait pu se douter de ce qui allait arriver ? Quels indices auraient pu l'alerter ?**
   Oui. Le fait de marcher seuls sur une route de campagne probablement déserte ; le fait que Carlos la serre de près et parle de sexe ; le fait d'entrer dans une maison abandonnée et qu'il se mette à la toucher.
   2) **Maria était silencieuse et gênée quand Carlos a commencé à parler de sexe. Qu'aurait-elle pu faire au lieu de garder un silence gêné ?**
   Elle aurait probablement dû être plus ferme et lui dire qu'elle n'aimait pas ce qu'il était en train de faire et qu'elle rentrait chez elle.
   3) **Que devrait-elle faire à présent ? Garder le silence ? Parler à quelqu'un en qui elle a confiance (ses parents, ses enseignants, un religieux) ? Devrait-elle parler de la chose à Carlos ? Que risque-t-il d'arriver si elle ne parle à personne de ce qui s'est passé ?**
   C'est à elle de décider, mais dans l'ensemble ce serait une bonne idée de parler à quelqu'un en qui elle a confiance. Elle devrait discuter avec cette personne de la question de savoir si elle doit faire une déposition à la police et/ou aller à l'hôpital. Elle devrait faire le nécessaire pour passer des tests de dépistage du VIH et des MST (et si nécessaire, pour vérifier qu'elle n'est pas enceinte). Il n'y a vraisemblablement rien à attendre d'un entretien avec Carlos. Si elle ne parle à personne, elle risque d'éprouver un sentiment de honte injustifiée, de se sentir seule et d'être angoissée.
   4) **Énumère des choses que tu peux faire pour prévenir la violence et les menaces :**
   ***a*) Quand tu es avec quelqu'un qui te propose d'avoir des rapports sexuels et que tu ne le veux pas.**
   Fais preuve d'assurance et dis fermement à cette personne que cela ne t'intéresse pas. Pars avec un ami. Si possible, dirige-toi vers un endroit où il y a d'autres gens. Téléphone à quelqu'un s'il y a moyen de téléphoner.
   ***b*) Lorsque quelqu'un commence à te toucher et cherche à te forcer à avoir des rapports sexuels.**
   Hurle ; débats-toi ; ne lui donne un coup de pied dans les testicules que si tu peux t'enfuir rapidement ; temporise ; négocie en fonction de la situation (si ta vie est en danger ou si tu es menacée d'une arme). Sois très sûre de toi.
   5) **Que penses-tu de Carlos ? Y a-t-il d'autres hommes comme Carlos ? Qu'aurait-il dû faire dans cette situation ? Pourquoi a-t-il fait ce qu'il a fait ?**
   Il peut y avoir diverses réponses. S'il avait le moindre doute, il n'aurait pas dû essayer d'avoir des rapports sexuels. Il a fait ce qu'il a fait parce qu'il manquait de respect pour les femmes et s'est permis d'abuser de sa force physique ; parce qu'il a eu une attitude courante chez les hommes qui veut que « non » ne signifie pas vraiment « non », et peut-être parce qu'elle a accepté de faire une promenade seule avec lui dans la campagne.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 18

Savoir s'affirmer quotidiennement

Objet

Il faut que les élèves soient capables d'appliquer dans la vie quotidienne des compétences qui leur sont enseignées en classe. Aussi importe-t-il que les élèves apprennent à se conduire avec assurance dans leurs activités quotidiennes.

Rôle de l'enseignant

1. L'enseignant expliquera aux élèves comment effectuer cette activité. Demandez-leur d'établir leur plan à l'école et de l'appliquer à la maison. Voici quelques points clés que vous devrez mettre en exergue.

   - Dites aux élèves quel est l'objet de l'activité – il ne sert à rien d'apprendre à vous comporter avec assurance en classe si vous n'appliquez pas dans votre vie de tous les jours ce que vous avez appris.
   - Expliquez que le « plan personnel » est une façon d'appliquer son plan, un contrat avec soi-même et, enfin, une évaluation de la façon dont on s'est comporté.
   - Demandez-leur de choisir un objectif de comportement ferme – faites-les choisir un but précis, par exemple « dire ce que j'éprouve quand Suzanne me rabroue ». Les objectifs peuvent être notamment : faire face à la critique ; adresser des compliments ; demander un service ; montrer qu'on est blessé ; donner son avis personnel ; se faire de nouveaux amis ; dire « non » à quelque chose, etc.
   - Les dates devraient être précises ; par exemple, « à partir de lundi 1er juillet à 9 heures, jusqu'au dimanche 7 juillet à 18 heures ».
   - Les avantages doivent aussi être plus précis que généraux. « Je me sentirai probablement mieux dans ma peau (respect de soi) ; obtenir ce que je veux, sans pour autant blesser mon ami ».
   - Les récompenses pourront être bien des choses – de la nourriture, des boissons, un voyage, un achat, des vacances, dire ce qu'on a fait à quelqu'un de spécial, etc.
   - Si l'élève signe un contrat avec lui(elle)-même, il(elle) a davantage de chances d'accomplir la tâche. Parfois, le fait de faire signer un ami comme témoin renforce la motivation de l'élève.
   - Il pourra être utile de déceler les obstacles susceptibles d'empêcher une personne d'atteindre son but, afin de prévoir à l'avance les moyens de régler le problème.

UNITÉ 2
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 18

Que peuvent faire les parents ? (si l'on utilise un guide des parents)

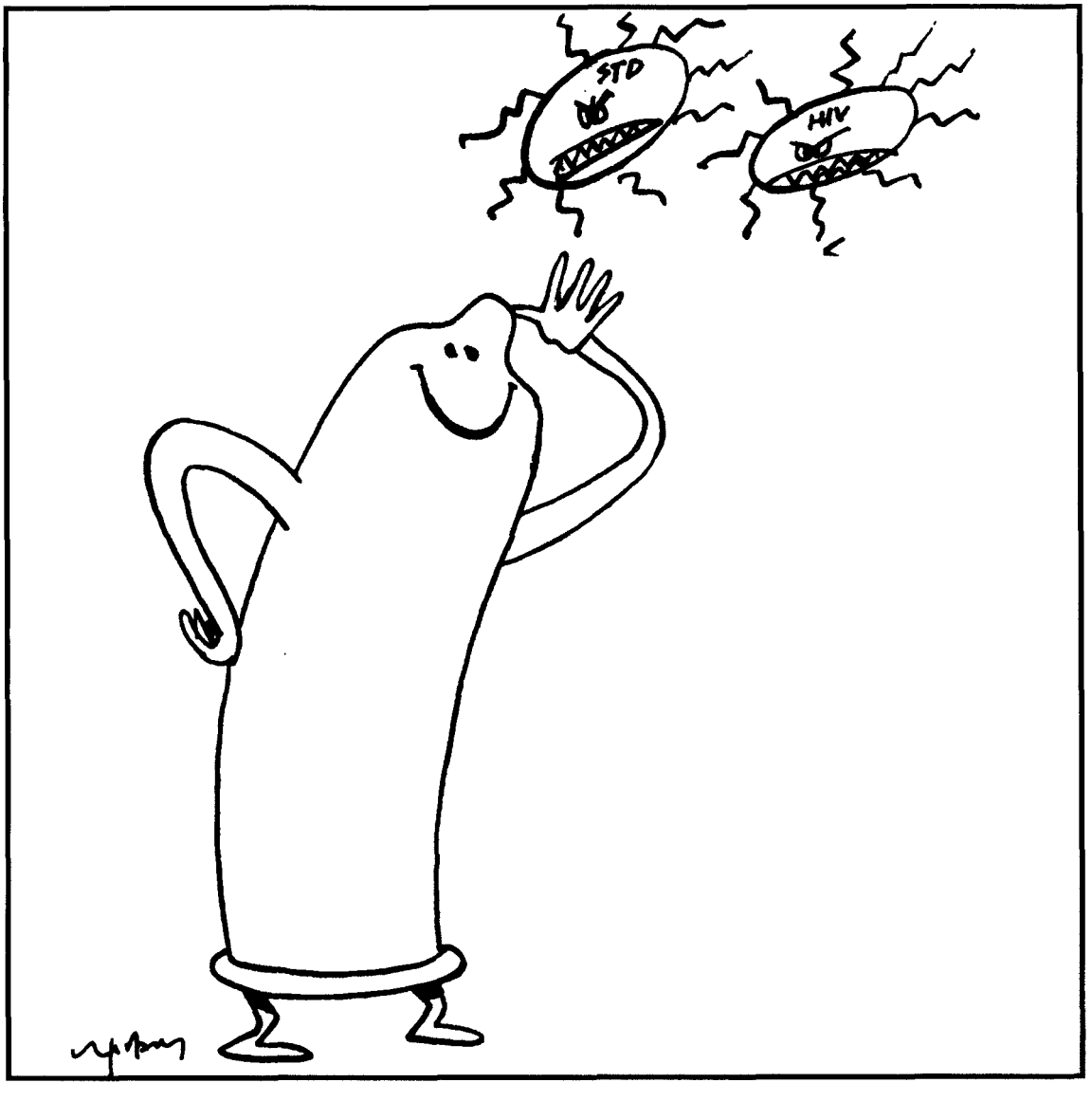
Il est souhaitable que les élèves mettent leurs parents au courant de leur plan d'action afin que ceux-ci puissent les aider à s'en tenir à ses termes de fermeté. Les élèves pourront emmener leur plan personnel à la maison et en parler avec leurs parents.

Indications complémentaires

Il faudra conseiller aux élèves de tâcher d'appliquer leur résolution de fermeté avec quelqu'un qui est susceptible d'accueillir positivement leur volonté de s'affirmer (éviter quelqu'un qui risque de se fâcher ou de réagir violemment).

UNITÉ 3

Comportement responsable : protéger les rapports sexuels



Unité 3 : Comportement responsable : protéger les rapports sexuels

Activités pour les élèves

1. Le préservatif 95
   Informations sur le préservatif

2. Les arguments contre l'utilisation des préservatifs 96
   Comment répondre à un partenaire hostile à l'utilisation du préservatif

3. Comment utiliser un préservatif 97
   Explication humoristique de l'emploi du préservatif

4. Comment utiliser un préservatif 98
   Les élèves s'entraînent à mettre un préservatif en place sur un modèle

5. Dire non aux rapports sexuels sans protection (démonstration) 99
   Comment faire preuve de fermeté avec un partenaire qui refuse le préservatif

6. Dire non aux rapports sexuels sans protection (participation de la classe) 100
   Comment faire preuve de fermeté avec un partenaire qui refuse le préservatif

7. Dire non aux rapports sexuels sans protection (participation individuelle) 101
   Comment faire preuve de fermeté avec un partenaire qui refuse le préservatif

UNITÉ 3
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 1

Le préservatif

Objet

Il faut être informé sur les préservatifs pour savoir les utiliser efficacement.

Rôle de l'enseignant

1. Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves ou leur lire les questions et les réponses.

2. Il convient de mettre l'accent sur le fait que les préservatifs sont solides, sûrs, sensibles et d'emploi facile.

   Rappelez aux élèves qu'il ne faut pas utiliser de vaseline ou autres lubrifiants à base d'huile parce qu'ils fragilisent le latex des préservatifs. On ne doit employer que des lubrifiants à base d'eau comme la gelée KY, la glycérine, le blanc d'œuf, la gelée ou la mousse spermicide, le MuKo et le Lubafax.

3. Demandez aux élèves s'ils ont des questions à poser sur les préservatifs et donnez les réponses si vous le pouvez. Sinon, dites que vous les trouverez pour le lendemain.

UNITÉ 3
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 2

Les arguments contre l'utilisation des préservatifs

Objet

Une personne peut avoir une attitude très positive à l'égard des préservatifs mais avoir un partenaire qui ne les aime pas et ne veut pas s'en servir. Il est important d'apprendre à parler à une personne qui réprouve l'emploi du préservatif.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves de la classe et les faire travailler seuls ou par deux à la remplir suivant les instructions.

   b) Lire les « arguments contre » et les trois répliques données à chacun. Les élèves choisissent la réponse qu'ils jugent la meilleure et écrivent la lettre correspondante (il suffit d'une feuille d'activité).

   c) Répartir les élèves en petits groupes et demander aux groupes de décider de la réponse à retenir (il faut une feuille par groupe).

2. Demander des réponses à chaque argument. Le mieux est de faire dire l'argument par un élève et lire par un autre la réponse qu'il choisit. Par exemple, un élève dira « Ils tuent le désir », et l'autre répliquera « Allons donc, mettre un préservatif peut même être un jeu ».

Comment utiliser un préservatif (exercice pratique)

UNITÉ 3
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 3/4

Objet

Un des principaux facteurs d'échec de l'utilisation du préservatif est le manque d'expérience de son emploi. Il est donc important de faire une démonstration de la façon de l'utiliser.

Rôle de l'enseignant

- **L'enseignant doit expliquer aux élèves qu'au premier abord ils se sentiront peut-être mal à l'aise mais que ce sentiment se dissipera avec la pratique. Si quelque chose de drôle vient détendre l'atmosphère, profitez-en (mais n'acceptez pas les quolibets).**

- **L'enseignant doit informer la classe que cette activité est facultative. Cependant, il indiquera aux élèves que le but de cette activité est d'acquérir une compétence qui pourra leur servir dans l'avenir. Elle n'est ni un encouragement ni une invitation aux rapports sexuels.**

- **Les élèves auront peut-être du mal à se porter volontaires pour cette activité. Pour éviter la gêne, il est conseillé à l'enseignant de sélectionner un ou deux élèves (ou les élèves-relais) pour l'exercice pratique. Le reste de la classe pourra s'exercer ultérieurement.**

- **Encouragez les élèves qui font l'exercice d'emploi du préservatif.**

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves pour leur permettre de suivre les étapes de la mise en place efficace d'un préservatif.

   b) Répartir les élèves en groupes restreints et donner à un élève-relais la responsabilité de chaque groupe (il faut une feuille d'activité par groupe).

2. Faire la démonstration de la mise en place d'un préservatif en vous faisant aider par un élève (élève-relais) qui fera la lecture de chaque phase pendant que vous l'exécuterez. (Vous aurez besoin d'un ou deux préservatifs et d'un modèle de pénis ou d'une banane ou d'un concombre ; les élèves pourront aussi faire l'exercice sur leurs doigts.) Si vous disposez d'assez de temps, échangez les rôles et faites la lecture des étapes pendant que l'élève (élève-relais) fait la démonstration.

UNITÉ 3
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 3/4

Comment utiliser un préservatif (exercice pratique)

3. Si la classe est divisée en petits groupes, demandez aux élèves-relais de faire la démonstration de l'emploi du préservatif devant leur groupe et invitez tous les élèves à faire eux-mêmes l'exercice. Les élèves-relais pourront avoir reçu une instruction préalable.

4. Discutez des questions avec les élèves (« questions de l'enseignant »). Les élèves pourront faire part de ce qu'ils ont entendu dire sur l'emploi des préservatifs.

Nota :

1. **L'humour est important. Il est important que l'atmosphère de la classe soit détendue.**

2. **Il est sans importance que vous fassiez des erreurs. Les élèves pourront en conclure que l'erreur leur est aussi permise dans l'exercice pratique.**

3. **Faire faire la démonstration par un élève crée la meilleure situation d'apprentissage car les pairs écoutent et suivent plus volontiers leurs camarades que l'enseignant.**

4. **Il vous faudra sans doute un assistant pour tenir la banane, le concombre ou le modèle de pénis (vous aurez besoin de vos deux mains).**

Rôle des élèves-relais

Les élèves-relais pourront vous aider :

- À faire la démonstration.
- À lire les étapes du mode d'emploi efficace d'un préservatif.
- À tenir le modèle de pénis, la banane ou le concombre.

Dire non aux rapports sexuels sans protection (démonstration)

UNITÉ 3
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES
5

Objet

Les élèves se servent des compétences acquises dans l'unité 2 sur la fermeté de comportement pour apprendre à parler le langage de la fermeté à un partenaire qui ne veut pas utiliser de préservatif ou n'en a pas à sa disposition.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuez une feuille d'activité à tous les élèves et demandez-leur de suivre le texte au fur et à mesure que vous passez en revue les étapes et traitez les situations en jeu de rôle.

   b) Examinez les étapes et traitez les situations en jeu de rôle avec un élève (*il suffit ici* de deux feuilles d'activité).

2. Faites lire le titre de chaque étape par un élève (élève-relais) tandis que vous (ou un autre élève) lirez le texte de la réplique.

3. Faites le jeu de rôle trois fois – en finissant d'abord par un refus, ensuite par une temporisation, enfin par une négociation. Vous pourrez éventuellement impliquer des élèves différents pour les trois jeux de rôle.

4. Dites-leur que l'étape suivante consiste pour l'ensemble de la classe à élaborer les trois dénouements différents.

Rôle des élèves-relais

Les élèves-relais pourront vous aider :

- En jouant un rôle avec vous dans la situation à mettre en scène.
- En traitant le final en jeu de rôle avec un autre élève (élève-relais).

UNITÉ 3
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 6

Dire non aux rapports sexuels sans protection (participation de la classe)

Objet

Offrir à la classe l'occasion de donner une réplique ferme à une personne qui a une attitude négative à l'égard des préservatifs et veut persuader quelqu'un d'avoir des rapports sexuels sans préservatif.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.
   a) Distribution d'une feuille d'activité à tous les élèves. L'enseignant lira la situation ou la traitera en jeu de rôle et les élèves proposeront des répliques en forme de refus, de temporisation et de négociation. Les élèves et l'enseignant choisiront les répliques qui leur paraîtront les meilleures et les inscriront dans l'espace approprié.
   b) L'enseignant effectuera l'activité comme en a) mais sans distribuer de feuille d'activité aux élèves. Les répliques seront inscrites au tableau et les élèves écriront les meilleures sur une feuille de papier (il suffira d'une feuille d'activité).
   c) Les élèves sont répartis en groupes restreints ; chaque groupe reçoit une feuille d'activité. Le groupe propose des répliques et les meilleures sont retenues. Suit une activité de l'ensemble de la classe au cours de laquelle les meilleures réponses des divers groupes sont inscrites au tableau.
2. Des propositions de répliques en forme de refus, de temporisation et de négociation sont présentées par les élèves et les meilleures sont retenues.
3. Une fois la phase précédente terminée, traitez l'ensemble de la scène en jeu de rôle trois fois de suite – la première fois s'achevant par un refus, la deuxième par une temporisation et la troisième par une négociation. Le jeu de rôle pourra être exécuté par l'enseignant et un élève (élève-relais) ou par deux élèves (deux élèves-relais). Voici ci-dessous un exemple de répliques finales de refus, de temporisation et de négociation.

Refus : Tu sais que je t'aime beaucoup mais je ne veux absolument pas avoir de rapports sexuels sans préservatif.

Temporisation : Il me semble que ce serait une bonne idée d'attendre que tu te sentes moins gêné vis-à-vis des préservatifs.

Négociation : Peut-être pourrions-nous acheter ensemble des préservatifs et je t'aiderais à en mettre un.

Rôle des élèves-relais

Les élèves-relais peuvent :

- Être responsables d'un groupe restreint.
- Traiter la situation en jeu de rôle.

Dire non aux rapports sexuels sans protection (participation individuelle)

UNITÉ 3
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 7

Objet

Faire que les élèves puissent d'eux-mêmes répliquer fermement à quelqu'un qui tente de les persuader d'avoir des rapports sexuels sans préservatif.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves et leur demander d'effectuer les activités seuls ou par deux.

   b) Lire la situation et la réplique et demander aux élèves d'écrire sur une feuille de papier leurs répliques finales en forme de refus, de temporisation ou de négociation (une seule feuille d'activité suffit).

   c) Écrire l'activité au tableau et demander aux élèves d'écrire sur une feuille de papier leurs répliques finales en forme de refus, de temporisation ou de négociation (une seule feuille d'activité suffit).

2. Demander aux élèves de lire les trois répliques finales qu'ils proposent.

3. Demander à des volontaires de lire la totalité du texte avec des répliques finales différentes à chaque variante. Des exemples des trois répliques finales sont indiqués ci-dessous.

Refus : J'aimerais avoir des rapports sexuels avec toi mais je n'en veux absolument pas sans préservatif.

Temporisation : Cela ne peut pas nous faire de mal d'attendre d'avoir un préservatif. Je me sentirai tellement plus en sécurité.

Négociation : Contentons-nous de nous amuser gentiment cette fois-ci et remettons les rapports sexuels au jour où nous aurons un préservatif.

Rôle des élèves-relais

Les élèves-relais peuvent :

- Écrire l'activité au tableau.
- Traiter les trois répliques finales en jeu de rôle.

UNITÉ 4

Aide et soutien

Unité 4 : Aide et soutien

Activités pour les élèves

1. D'où vient la discrimination ? 105
   Définition et études de cas
2. L'histoire de deux communautés 107
   Deux communautés qui réagissent différemment face à une personne qui a le sida
3. Pourquoi éprouver de la compassion ? 108
   Exploration des motifs de la compassion
4. Que pourrais-tu faire ? 109
   Compassion à l'égard de deux personnes malades du sida
5. Comment prêter assistance aux victimes du VIH/sida 111
   Informations sur la façon de s'occuper de quelqu'un qui a le sida
6. Comment te protéger 112
   Précautions à prendre pour quelqu'un qui s'occupe d'un malade du sida
7. Que sais-tu ? 113
   Deux tests pour déterminer ce que les élèves ont retenu de ce qui précède
8. Encourager un comportement responsable 115
   Comment encourager quelqu'un qui a pris des décisions saines
9. Compassion, tolérance et soutien 117
   Expressions du soutien en dehors de la classe

UNITÉ 4
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 1

D'où vient la discrimination ?

Objet

Les personnes séropositives ou malades du sida sont souvent victimes de discrimination. Les jeunes doivent avoir conscience de l'existence de la discrimination et de la façon dont elle s'exprime.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves et leur demander d'effectuer l'activité en travaillant seuls ou à deux.
   b) Lire la définition et les exemples de discrimination. Puis lire les quatre cas de discrimination et demander aux élèves de terminer les phrases inachevées, verbalement, sur une feuille de papier ou au tableau (une seule feuille d'activité suffit).
   c) Répartir les élèves en petits groupes et distribuer une feuille d'activité par groupe. Faire suivre les instructions par le groupe.

2. Demander aux élèves de terminer les phrases laissées inachevées. Des exemples de réponses possibles sont indiqués ci-dessous.

   • **Discrimination à l'école**

   Une personne contaminée par le virus du sida n'est pas autorisée à fréquenter l'école.

   Cela n'est pas bien parce que : une personne séropositive ou malade du sida ne peut transmettre le virus à une autre personne que lors de rapports sexuels non protégés ou par contact sanguin. Il n'y a aucun risque de transmission par les contacts de la vie quotidienne.

   • **Mise au ban du village**

   Le conseil municipal n'autorise pas les gens qui ont le sida à vivre dans le village.

   Cela n'est pas bien parce que : c'est exercer sans raison une discrimination à l'encontre des droits d'une personne, étant donné que le virus ne peut être transmis à l'occasion des contacts de la vie quotidienne ni en vivant à proximité d'une personne qui a le sida.

   • **Interdiction de travail chez le marchand de fruits**

   Mancini, le marchand de fruits, ne veut pas que Harsi, qui a attrapé le VIH, travaille pour lui.

   Cela n'est pas bien parce que : là encore, c'est une discrimination. Le marchand ne sait manifestement pas comment se transmet le VIH et peut-être a-t-il peur que sa clientèle l'abandonne si elle vient à apprendre la séropositivité de Harsi.

UNITÉ 4
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 1

- **Une décision gouvernementale**

Le gouvernement a décidé d'interdire l'entrée dans le pays aux personnes qui sont séropositives.

Cela n'empêchera pas la propagation du sida parce que : il y a énormément de gens qui, sans le savoir, sont porteurs du VIH et se trouvent déjà dans le pays. Il s'agit donc d'une discrimination contre ceux qui ont subi le test de dépistage.

Rappelez-vous que : soumettre tout le monde au test de dépistage n'est pas un moyen efficace d'enrayer l'épidémie et peut aboutir à un faux sentiment de sécurité parce que :

- **il faudrait refaire le test très souvent à toute la population**
- **les gens se débrouilleraient pour obtenir de faux certificats**
- **on peut être contaminé immédiatement après avoir un résultat négatif au test de dépistage**

3. Discussion sur les thèmes des « questions de l'enseignant ». Des réponses sont proposées ci-après.

a) **Pourquoi exerce-t-on une discrimination ?**
- Elle s'apprend auprès des parents, des adultes et des pairs
- Manque d'informations exactes
- Craintes qu'inspirent certaines catégories de gens
- Il est mal vu d'être différent

b) **Pourquoi est-il important de ne pas faire de discrimination ?**
- Cela fait souffrir les gens
- Ce n'est pas juste
- Nous n'aimerions pas être traités de la sorte
- L'égalité est un droit fondamental de l'être humain

c) **Que pourrais-tu faire si tu entendais des remarques discriminatoires au sujet d'une personne séropositive ou malade du sida de la part d'une personne de ta communauté ?**
- Faire savoir à cette personne qu'elle a tort et lui dire pourquoi. Intervenir avec assurance et déclarer à cette personne que tu ne veux plus entendre ses commentaires.
- Expliquer pourquoi il est important d'avoir de la compassion et d'exprimer son soutien à l'égard d'une personne qui est contaminée par le VIH ou malade du sida.

Indications complémentaires

Invitez une personne séropositive ou malade du sida, ou un membre de sa famille, à parler à la classe. Ce sera pour vous et pour vos élèves une expérience marquante.

UNITÉ 4
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 2

L'histoire de deux communautés

Objet

Il est important que les jeunes comprennent ce que cela signifie d'être victime de discrimination. On peut en avoir une idée en se mettant à l'écoute de quelqu'un qui doit vivre avec le sida. L'histoire est authentique, seuls les noms ont été modifiés.

Rôle de l'enseignant

1. Choisir la méthode de travail :

   a) Distribuer à chaque étudiant une feuille d'activité et leur demander de travailler individuellement ou par deux.

   b) Lire une première fois les commentaires et réactions de la communauté A et de la communauté B. Les lire une deuxième fois et demander à chaque élève de dire quels sont les trois comportements qui lui semblent les plus négatifs ou au contraire les plus positifs, en motivant ses choix. Leur demander de réagir en quelques mots aux réactions des deux communautés (une seule feuille d'activité est nécessaire).

2. Demander aux élèves de dire quels sont les trois comportements qui leur semblent les plus négatifs ou au contraire les plus positifs en motivant leurs choix. Leur demander ensuite de réagir au comportement des deux communautés.

3. Enfin, réfléchir à la question posée à la fin de l'activité ; quelques réponses sont proposées ci-après.

   Comment expliquez-vous les différences de comportement entre ces deux communautés ?

   - La communauté A ignore les voies de transmission du VIH.
   - Sentiment de peur collective.
   - La communauté B a bénéficié d'un programme éducatif.
   - Sentiment de solidarité des jeunes avec Ryando.

Que peuvent faire les parents (si l'on utilise un guide des parents)

Il s'agit d'une excellente activité pour impliquer les parents d'élèves dans le cadre familial. Les élèves pourront ainsi comparer leurs réponses à propos du comportement de chaque communauté avec celles de leurs parents (en lisant au besoin le texte à leurs parents si ceux-ci ont des difficultés de lecture).

UNITÉ 4
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 3

Pourquoi éprouver de la compassion ?

Objet

Notre société a grand besoin de gens qui ont de la compassion pour eux-mêmes et pour les autres. Le premier pas consiste à comprendre ce qui fait toute l'importance de la compassion.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves et leur demander d'effectuer l'activité seuls, par deux ou en groupes restreints.

   b) Lire les trois raisons d'éprouver de la compassion et demander aux élèves d'en indiquer d'autres. Puis leur demander les deux plus importantes à leurs yeux (il suffit d'une feuille d'activité).

   c) Répartir les élèves en petits groupes et distribuer une feuille d'activité par groupe. Leur demander d'allonger la liste des raisons, puis chaque groupe sélectionnera les deux raisons les plus importantes de l'avis de ses membres.

2. Demander aux élèves d'indiquer d'autres raisons d'éprouver de la compassion. Les ajouter à la liste. Ils pourront citer, entre autres, les raisons suivantes.

   - Nous avons le devoir moral de prendre soin des malades.
   - Ils représentent une minorité et comme tels sont victimes de discrimination.
   - Ils sont souvent rejetés par les gens qui s'occupent des malades.
   - Ils sont souvent bien jeunes pour mourir.
   - Ils sont souvent rejetés par leur famille et leurs amis.
   - Cela fait du bien d'aider ou de prendre soin de quelqu'un.
   - Cela aide à surmonter notre propre peur de la mort et du sida.

3. Discussion sur le thème de la « question de l'enseignant ». Des réponses possibles sont indiquées ci-dessous.

   Pourquoi certaines personnes ont-elles du mal à manifester de la compassion ?

   - Elles ont elles-mêmes beaucoup souffert et ne sont capables que de s'occuper d'elles-mêmes.
   - Elles ne pensent qu'à elles.
   - Elles ne savent pas comment exprimer de la compassion.
   - Elles ont peur de se montrer compatissantes.

UNITÉ 4
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 4

Que pourrais-tu faire ?

Objet

Il est important de connaître des moyens d'exprimer sa compassion et de savoir quand et comment prêter assistance.

Rôle de l'enseignant

1. Décider d'une méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves et leur demander d'effectuer l'activité seuls ou par deux.

   b) Écrire les histoires au tableau et demander aux élèves d'effectuer l'activité seuls ou par deux (une seule feuille d'activité est alors suffisante).

   c) Répartir les élèves en petits groupes et donner à chaque groupe une feuille d'activité. Les groupes doivent parvenir à un consensus sur les moyens d'aider Minori et Dwari.

2. Laisser les élèves suggérer d'autres manières d'exprimer de la compassion. Leur demander de les inscrire dans les espaces blancs du « Cœur secourable ».

3. Leur demander de suggérer des moyens de porter secours au cœur de Minori et au cœur de Dwari. Demander aux élèves d'expliquer leur choix.

4. Répondre à la « question de l'enseignant ». Des réponses possibles sont proposées ci-dessous.

   Qu'est-ce qui serait le plus difficile à vivre pour toi si un de tes amis ou un de tes parents avait le sida ?

   Il y aura des réponses diverses, parmi lesquelles peut-être : la mort d'un être cher ; la douleur et la tristesse que nous serons nombreux à éprouver ; la perte de la santé et de la vitalité ; la transformation de l'aspect extérieur ; la perte de la maîtrise des fonctions corporelles.

   Qu'est-ce qui serait le plus difficile à vivre pour la personne atteinte du sida ?

   Les réponses pourront être notamment : agir avec naturel, partager les émotions (rire, pleurer), fêter des dates spéciales sans laisser paraître de désespoir.

UNITÉ 4
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 4

Rôle des élèves-relais

Les élèves-relais pourraient aider :

- En écrivant l'activité au tableau.
- En animant un groupe restreint.
- En se portant volontaire pour répondre à diverses questions.

Que peuvent faire les parents ? (si l'on utilise un guide des parents)

Il s'agit d'une activité que les élèves peuvent parfaitement emmener à la maison pour l'effectuer avec leurs parents. Les élèves pourront choisir leur quatre « aides » et les parents pourront en faire autant, puis ils pourront s'expliquer mutuellement les raisons de leurs choix.

Comment prêter assistance aux victimes du VIH/sida

UNITÉ 4
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 5

Objet

Certains élèves peuvent avoir un malade du sida dans leur famille ou connaître une personne séropositive dans leur entourage. Il est important qu'ils sachent comment prêter assistance à cette personne sur les plans affectif et médical.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves et discuter avec eux des conseils qui y sont donnés. Il pourra être important de demander aux élèves d'emmener la feuille à la maison et de la montrer à leurs parents (pour les parents qui aident une personne malade du sida).

   b) Lire les conseils aux élèves (une feuille d'activité suffit).

2. Vous pourrez demander s'il y a quelqu'un dans la classe qui s'occupe d'une personne qui a le sida. Si c'est le cas, celui-là ou ceux-là pourront fournir d'intéressants éléments d'information et d'expérience.

3. Vous pouvez inviter une personne qui a le sida à venir parler à la classe.

Que peuvent faire les parents ? (si l'on utilise un guide des parents)

Cette activité figure dans le guide des parents et les élèves pourraient y lire à leurs parents ce qui concerne les manières de prêter assistance.

Indications complémentaires

Invitez une personne séropositive ou malade du sida, ou un membre de sa famille, à venir parler à la classe ; ce sera une expérience marquante pour vous et vos élèves.

UNITÉ 4
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 6

Comment te protéger ?

Objet

Il est important que les personnes qui s'occupent de malades du sida connaissent les règles élémentaires de l'hygiène et des soins à domicile pour se protéger du VIH.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves et leur demander de suivre les conseils successifs qu'on y trouve à mesure que vous en donnerez lecture. C'est une feuille d'activité que les élèves pourraient utilement emmener chez eux à l'usage de parents qui seraient appelés à s'occuper de quelqu'un qui a le sida.

   b) Lire aux élèves les conseils indiqués (une seule feuille d'activité suffit).

2. Demander aux élèves de lire les indications données sous chaque titre.

Que peuvent faire les parents ? (si l'on utilise un guide des parents)

Il s'agit d'une activité importante pour les parents qui s'occupent de quelqu'un qui est séropositif ou malade du sida. Il faut qu'ils sachent quelles sont les précautions sanitaires qu'ils doivent prendre pour rester en bonne santé.

UNITÉ 4
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 7

Que sais-tu ?

Objet

Revoir et vérifier les connaissances relatives à l'assistance aux victimes du VIH (unité 4, activité 5).

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves et leur faire effectuer l'activité suivant les instructions.
   b) Écrire le test 1 au tableau et lire le test 2. Les élèves choisissent les réponses qui leur paraissent justes dans chaque test (une feuille d'activité suffit).
   c) Répartir les élèves en groupes restreints et distribuer une feuille d'activité par groupe. Chaque groupe choisit les réponses qui lui paraissent les bonnes.

Nota : l'administration des tests 1 et 2 peut être traitée comme une compétition entre deux équipes. La classe peut être divisée en deux équipes ayant chacune son capitaine, une moitié des questions étant donnée à l'équipe 1, l'autre moitié à l'équipe 2. Si l'on préfère utiliser des groupes restreints, ils peuvent faire les deux tests et le vainqueur sera celui qui a le score le plus élevé.

2. Donner aux élèves les réponses justes. Ce sont les suivantes.

Test sur l'assistance attentive – appariement

- ***L'assistance la plus attentive est donnée par quelqu'un qui est un...***
  d) ami et un compagnon
- ***Un malade du sida qui a des « sueurs », des vomissements ou la diarrhée a besoin de ...***
  c) un complément de liquides
- ***Pour faire cesser la nausée et les vomissements, le mieux à faire est de donner ...***
  f) des repas légers avec peu de matière grasse
- ***Quand une personne passe beaucoup de temps alitée, il faut ...***
  h) la faire changer de position pour dormir
- ***Pour pouvoir dispenser une assistance attentive, il faut aussi ...***
  b) savoir prendre soin de soi-même
- ***Vous pouvez encourager des gens qui sont tristes et déprimés à exprimer leurs sentiments s'ils ...***
  a) sont en colère ou pleurent
- ***Il faut que les gens qui sont malades fassent ...***
  g) ce qu'ils peuvent pour eux-mêmes
- ***La compétence la plus importante pour dispenser une assistance attentive est de ...***
  e) savoir écouter

UNITÉ 4
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 7

Énoncés vrais ou faux

1) **Il faut porter des gants en latex ou en caoutchouc pour toucher les fluides corporels.**
Vrai

2) **Les aiguilles doivent être placées dans un sac en plastique.**
Faux : dans une boîte en plastique ou en métal

3) **On peut utiliser un thermomètre plus d'une fois sans le laver.**
Faux : il faut le laver chaque fois au savon et à l'eau

4) **La chose la plus importante à faire pour prendre soin de soi est de se laver les mains avec du savon et de l'eau chaude.**
Vrai

5) **On ne connaît pas de cas de contamination par le VIH dus au fait de vivre dans la même maison qu'une personne séropositive ou malade du sida.**
Vrai

6) **Les objets souillés doivent être placés dans un sac en papier et jetés à la poubelle.**
Faux : dans un sac en plastique doublé

7) **Il est très important de couvrir les lésions, les coupures et les éruptions.**
Vrai

8) **Tu dois laver la salle de bain avec une solution d'eau de javel faite d'un volume de concentré d'eau de javel pour 20 volumes d'eau.**
Faux : un volume de concentré d'eau de javel pour 10 volumes d'eau

3. Demander aux élèves d'additionner leurs notes au test 1 et au test 2, puis de voir où ils se situent sur l'échelle des notes (à la fin de l'activité).

Que peuvent faire les parents ? (si l'on utilise un guide des parents)

Cette activité figure dans le guide des parents, et après avoir effectué l'activité 5 de l'unité 4, les élèves et leurs parents devraient faire le test pour savoir ce qu'ils ont gardé en mémoire. (Si la lecture pose un problème, les élèves pourront lire les questions et les réponses possibles à leurs parents.)

UNITÉ 4
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 8

Encourager un comportement responsable

Objet

Il est important d'encourager les jeunes à soutenir leurs pairs qui valorisent l'abstinence, ont pris la décision d'employer le préservatif ou manifestent de la tolérance et de la compassion à l'égard des personnes qui ont le sida.

Rôle de l'enseignant

1. Décider de la méthode de travail appropriée.

   a) Distribuer une feuille d'activité à tous les élèves et leur demander d'effectuer l'activité en travaillant seuls ou à deux.

   b) Lire aux élèves l'énoncé des quatre situations et leur demander de formuler des déclarations exprimant leur soutien (une feuille d'activité suffit).

   c) Répartir les élèves en groupes restreints et distribuer une feuille d'activité par groupe. Demander aux groupes de formuler une ou plusieurs déclarations de soutien correspondant à chaque situation.

2. Demander aux élèves de lire leurs déclarations de soutien. Les déclarations ci-dessous sont des formules possibles pour chaque histoire.

   - **Histoire A – Décision de ne pas avoir de rapports sexuels**
     « Je crois vraiment que tu as pris la bonne décision. S'il t'aimait vraiment, il ne te presserait pas comme cela. »

   - **Histoire B – Pas de rapports sexuels sans préservatif**
     « Ta décision était sans doute difficile à prendre mais je pense que c'est la bonne – avec le sida et les MST, on n'est jamais sûr de rien. »

   - **Histoire C – Aller ou non chez la marchande de bonbons**
     « Écoute, des gens vivent et mangent avec des personnes qui ont le sida, ils les touchent, les serrent dans leurs bras et l'on n'a pas entendu parler d'un seul cas de contamination. Nous n'avons aucun souci à nous faire. Je voudrais y aller. »

   - **Histoire D – Qui soutiens-tu ?**
     « Tu prends des risques avec le sida qui rôde. J'espère que tu sais ce que tu fais. »

UNITÉ 4
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 8

3. Passer aux « questions de l'enseignant ». Des réponses possibles sont indiquées ci-dessous.

1) **Pourquoi beaucoup de jeunes pensent-ils que ce n'est pas « cool » de soutenir des décisions saines ?**

- C'est « cool » de prendre des risques – même s'ils mettent en danger la santé et la sécurité.
- Il y a des gars qui éprouvent le besoin de jouer les « macho » pour attirer l'attention sur eux.
- Certains jeunes éprouvent le besoin de montrer qu'ils sont braves et courageux pour renforcer leur estime d'eux-mêmes. Il faut qu'ils comprennent qu'être responsable est une façon d'être brave et courageux.

2) **Quelles difficultés risques-tu de rencontrer si tu soutiens des comportements sains ?**

- D'autres pourraient te rabrouer ou te manifester leur désaccord.
- On pourrait se moquer de toi.
- Tu pourrais être exclu du groupe.

3) **Comment pourrais-tu surmonter ces problèmes ?**

En en assumant le risque. En étant intraitable sur la santé. En te rendant compte que ton attitude aide et soutient d'autres que toi, et peut-être même sauve une vie.

Rôle des élèves-relais

Les élèves-relais peuvent :

- Constituer dans la classe des modèles de soutien d'un comportement positif.
- Animer un groupe restreint.
- Prendre l'initiative de donner des réponses.
- Lire aux élèves l'énoncé des situations.

UNITÉ 4
ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES 9

Compassion, tolérance et soutien

Objet

Pour que la compassion, la tolérance et le soutien ne soient pas des notions vides de sens, il faut donner aux jeunes l'occasion de les appliquer dans des situations de la vie courante.

Rôle de l'enseignant

1. Lire aux élèves la liste intitulée « Suis-je vraiment compatissant ? ». Leur demander s'ils ont d'autres suggestions à présenter et les ajouter à la liste.

2. Demander aux élèves de choisir un énoncé de la liste ou d'en composer un de leur cru. Ensuite, leur demander de remplir leur « Plan d'action » (sections 1, 2 et 3 ; la section 4 est à remplir une fois que le plan d'action aura été exécuté).

3. Fixer une date donnant le délai d'exécution du plan (deux semaines suffiront sans doute) et de retour à la section 4 pour y consigner le « Résumé de ce qui s'est passé et de mes sentiments ». Éléments à incorporer éventuellement à cette section : ce que j'ai ressenti, ce qu'a ressenti la personne que j'ai aidée, comment je l'ai aidée – cela m'a-t-il paru artificiel ou réel ? – pourquoi ? – le referais-je et y a-t-il des choses que je ferais autrement ? etc.

4. Rassembler les résumés achevés et vérifier qu'ils sont entièrement rédigés. Inviter les élèves à discuter de leurs expériences en classe.

Rôle de l'enseignant

L'enseignant devrait travailler avec les élèves-relais à élaborer leur plan d'action avant le cours pour qu'il puisse servir d'exemple.